

**HUBUNGAN ANTARA *SUCCESSFULL AGING* DAN PENYESUAIAN
DIRI LANJUT USIA DENGAN PENERIMAAN DIRI**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh:

**Annisa Fatin Nur Azizah Thoha
1431080033**

Program Studi : Psikologi Islam

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1440/2019 M**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SUCCESSFULL AGING* DAN PENYESUAIAN DIRI LANJUT USIA DENGAN PENERIMAAN DIRI

Oleh :

Annisa Fatin Nur Azizah Thoha

Penelitian ini berawal dari pemikiran bahwa *successfull aging* dan penyesuaian diri memiliki hubungan dengan penerimaan diri pada individu lanjut usia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri para pensiunan anggota organisasi (PWRI) Persatuan Wredatama Republik Indonesia Provinsi Lampung. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri.

Populasi dalam penelitian ini adalah anggota (PWRI) Persatuan Wredatama Republik Indonesia provinsi lampung Ranting I Kedaton, kota Bandar Lampung. Metode pengambilan sampel untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik populasi yang mengacu pada teori Suharsimi Arikunto, bahwa apabila subjek kurang dari 100 orang maka lebih baik di ambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sampel yang di ambil dalam penelitian ini adalah seluruh anggota PWRI yang melakukan pertemuan bulanan di gedung pertemuan PWRI jalan Landak no 1 Kedaton kota Bandar Lampung. Sampel dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 60 orang anggota pensiunan (PWRI) Persatuan Wredatama Republik Indonesia.

Metode pengumpulan data menggunakan tiga skala yaitu, skala penerimaan diri, skala *successfull aging* dan skala penyesuaian diri dengan model skala likert. Data yang terkumpul di analisis dengan uji regresi dua prediktor dengan bantuan program SPSS 16.0 for windows.

Dari analisis data yang dilakukan, didapat hasil :

1. $R_{x1.2-y} = 0,679$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri usia lanjut dengan penerimaan diri pada pensiunan. Sumbangan efektif dari *successfull aging* dan penyesuaian diri terhadap penerimaan diri adalah sebesar 53,14 %.
2. $r_{xI-y} = 0,646$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara *successfull aging* dan penerimaan diri pada pensiunan. Sumbangan efektif dari *successfull aging* terhadap penerimaan diri adalah 33,29 %.
3. $r_{x2-y} = 0,634$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara penyesuaian diri dengan penerimaan diri pada pensiunan. Sumbangan efektif atau peranan yang diberikan dari penyesuaian diri terhadap penerimaan diri pada pensiunan ialah sebesar 19,85%.

Kata Kunci = *Penerimaan Diri, Penyesuaian Diri, Successfull Aging*



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Successfull Aging* dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri**
Nama : **Annisa Fatin Nur Azizah Thoha**
NPM : **1431080033**
Program Studi : **Psikologi Islam**
Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dra. A. Retnoriani, S.Psi, M.Si
NIP. 196904061996032004

Pembimbing II

Khoiriva Ulfa, MA
NIP.198504102019032011

Mengetahui,
Ketua Prodi Psikologi Islam

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP.1963010119990310001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Successfull Aging* dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri**
Nama : **Annisa Fatin Nur Azizah Thoha**
NPM : **1431080033**
Program Studi : **Psikologi Islam**
Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dra. A. Retnoriani, S.Psi, M.Si
NIP. 196904061996032004

Pembimbing II

Khoiriva Ulfa, MA
NIP.198504102019032011

Mengetahui,
Ketua Prodi Psikologi Islam

Drs. M. Nursalim Malay, M.Si
NIP.1963010119990310001

PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Komater balik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	‘ (Apostrof, tetapi tidak ilambangka nabilaterl etak di awal kata)
ح	H	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

2. Vokal

Vokal Pendek	Contoh	Vokal Panjang	Contoh	Vokal Rangkap
اَ	A	إِ	آ	Ai
اِ	I	يِ	أُ	Au
اُ	U	وِ	يُ	

3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

4. Syaddah dan Kata Sandang

Dalam transliterasi, tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Annisa Fatin Nur Azizah Thoha

NPM : 1431080033

Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Successfull Aging* Dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri.”

Beserta seluruh isinya merupakan hasil karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang ada di masyarakat. Apabila suatu saat ditemukan adanya penjiplakan dalam penelitian ini, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Bandar Lampung, 10 Maret 2019

Yang menyatakan,

Annisa Fatin Nur Azizah Thoha
1431080033

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Dengan Menyebut Nama Allah S.W.T yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang Terucap syukur kehadiran Allah S.W.T, penulis persembahkan skripsi sebagai tanda bukti cinta kasih sayang serta bakti kepada :

1. Penulis persembahkan skripsi ini untuk pemberi do'a terhebat sepanjang perjalanan hidup penulis, yaitu kedua orang tuaku yang sangat aku cintai. Ayahandaku Muntoha dan Ibundaku tercinta Nurjamaati, terimakasih ku ucapkan atas dukungan serta nasihat yang selalu menjadi jembatan perjalanan hidupku.
2. Untuk adikku tersayang Achmad Naufal Darmawan Thoha, Aulia Zahra Suryana, Dinda Malikhawati, Ibnu Umar Prasetyo dan Muhammad Iqbal Prasetyo.
3. Seluruh keluarga besar Bapak.Mintodiharjo (Alm) dan Bapak Solihun (Alm) semoga persembahan ini dapat menghantarkan senyum untuk kalian di Syurga Allah,Amin.
4. Untuk Purnomo S.Ag, yang disemogakan, seseorang yang kelak akan mendampingiku. Terimakasih telah menjadi teman dalam berbagai situasi, dengan kasih sayang, kesabaran serta kebaikanmu semoga kita selalu berada dalam lindungan Allah S.W.T.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Annisa Fatin Nur Azizah Thoha, akrab disapa anis, fatin. Lahir di Bandar Jaya Kabupaten Lampung Tengah, pada 29 September 1995. Penulis merupakan putri pertama dari dua bersaudara dari pasangan ibu Nurjamaati dan bapak Munthoha.

Penulis memulai pendidikan dari TKIT Bustanul Ulum Terbanggi Besar Lampung Tengah lulus pada tahun 2002, melanjutkan di SDIT Bustanul Ulum Terbanggi Besar lulus pada tahun 2008 kemudian melanjutkan pendidikan pondok pesantren di MTS Diniyyah Puteri Lampung Kabupaten Pesawaran lulus pada tahun 2011, pada jenjang selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di almamater yang sama yakni MA Diniyyah Puteri Lampung pada jurusan keagamaan dan lulus pada tahun 2014.

Penulis melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tepatnya di fakultas Ushuluddin dan Studi Agama dengan mengambil program studi Psikologi Islam, penulis pernah menjadi mahasantri di Ma'had Al-Jami'ah Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan pernah mendapat kategori penghargaan Best student language program pada tahun 2015. Penulis juga pernah menjadi anggota ke organisasian di Jurnalis Ma'had Al-Jami'ah serta PIK M sahabat UIN Raden Intan Lampung dan hingga saat ini penulis merupakan anggota dari Management Putri Hijab Lampung Tengah dan Management Putri Hijab provinsi Lampung.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Alhamdulillahirobbil'alamin, rasa syukur yang terucap terpanjatkan kepada Allah S.W.T , satu-satunya Maha Baik yang selalu memberikan segala kenikmatan, nikmat iman serta islam, kesehatan dan segala nikmat yang tidak dapat ditulis dengan goresan apapun dan karena nikmat dan kesempatan yang diberikan oleh Allah S.W.T , penulis mampu menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar sarjana psikologi.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang positif serta membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Dengan terselesaikannya penulisan skripsi ini adalah berkat bantuan serta support dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Mukri, M.Ag, selaku rektor Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. H. Arsyad Sobby Kesuma, Lc., M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Bapak Suhandi selaku pembimbing akademik penulis, terimakasih atas segala waktu yang telah diluangkan selama ini serta motivasi yang selalu diberikan kepada penulis.

4. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si, selaku Kepala Jurusan Program Studi Psikologi Islam, terimakasih atas kesabaran serta keikhlasan dengan segala ilmu yang diberikan kepada penulis.
5. Ibu Annisa Fitriani, M.Si, selaku sekretaris Jurusan Program Studi Psikologi Islam, terimakasih atas kesabaran serta keikhlasan dengan segala ilmu yang diberikan.
6. Ibunda Retno Riani, M.Si, selaku pembimbing I terimakasih atas kesabaran serta keikhlasan dalam membimbing dan segala ilmu yang telah diberikan kepada penulis.
7. Ibunda Khoirya Ulfah, M.A, selaku pembimbing II terimakasih atas segala limpahan perhatiannya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh dosen dan staff Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
9. Bapak H.Lukman Hakim, S.H,MM selaku ketua dari organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) provinsi Lampung.
10. Bapak Iwan Safri, selaku sekretaris dari organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) provinsi Lampung.
11. Keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2014 yang membanggakan, terimakasih telah menjadi tempat berbagi suka duka selama 4 tahun ini.
12. Sahabat penulis Eva riantika diani S.Pd terimakasih sudah menjadi tempat berbagi suka, duka, dan telah bersama-sama melewati masa-masa menjadi

mahasiswa dan juga mahasantri di Ma'had Al-Jami'ah, semoga persahabatan kita abadi hingga ke Jannah-Nya amin allahumma amin.

13. Sahabat sekaligus adikku tersayang, Dita Adistia terimakasih telah menjadi warna dalam hidupku semoga persahabatan kita selalu dalam lindungan Allah S.W.T amin allahumma amin.

14. Teman-teman seperjuangan yang luar biasa membanggakan, Indah Wahyu Muliana, Utari Suri Anestia, Enida Ristia, Nur Indah Kurniasari, Zakiyatul Masriah, Ceria Pertiwi, Wuri Wahyuni, Lindawati, Monica Afrilla, Imam Syafii, Ahdan Syabani, Zulmai Suri dan kesemuanya yang maaf tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih karena telah menjadi tempat berbagi suka dan duka dalam masa-masa perkuliahan dan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

15. Keluarga besar Ma'had Al-Jami'ah UIN Raden Intan Lampung, naungan terbaik yang telah memberikan warna serta berbagai pengalaman luar biasa dalam masa-masa perkuliahan.

Demikianlah mudah-mudahan skripsi ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan semoga segala amal baik kita diterima sebagai ibadah dan senantiasa memberikan kita semua perlindungan amin.

Bandar Lampung, 2 Januari 2019

Annisa Fatin Nur Azizah Thoha
1431080033

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	7
C. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Penerimaan Diri	9
B. <i>Successfull Aging</i>	16

C. Penyesuaian Diri	24
D. Hubungan <i>successfull aging</i> dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri pada masa pensiun	32
E. Kerangka berfikir	35
F. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Identifikasi Variabel	39
B. Definisi Operasional	39
C. Subjek Penelitian	40
D. Metode Penelitian	42
E. Validitas dan reliabilitas	48
F. Teknik Analisis Data	48
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	50
A. Orientasi Kancan	50
B. Pelaksanaan Penelitian	55
C. Hasil Penelitian	57
D. Pembahasan	73
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN-LAMPIRAN	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I. Tabulasi Data Penelitian

Lampiran II. Validitas dan Reliabilitas Data

Lampiran III. Hasil Uji Asumsi

Lampiran IV. Analisis Deskriptif

Lampiran V. Uji Hipotesis

Lampiran VI. Skala Penelitian

Lampiran VII. Daftar nama anggota organisasi PWRI

Lampiran VIII. Surat Kesediaan Pembimbing

Lampiran IX. Lembar Konsultasi

Lampiran X. Surat Izin Penelitian

Lampiran IX. Lembar konsultasi

Lampiran X. Surat-surat

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu akan mengalami fase dimana dirinya akan menjadi tua dan kehilangan pekerjaan seperti pensiun. Masa individu memulai bekerja dinamakan “saat bekerja” dan setelah mengabdikan dirinya pada dinas atau perusahaan selama berpuluh-puluh tahun tiba pada masa akhirnya disebut “pensiun”. Hasibuan (dalam Adhiwardani, 2002).

Bagi para pekerja terutama para pegawai negeri diperlukan adanya kesiapan diri untuk menjalani kehidupan pensiun baik secara psikologis maupun secara finansial. Matthews (1993) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana individu memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya, serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut. Individu dengan penerimaan diri akan mampu menghadapi kenyataan dirinya yang dimiliki serta mengetahui kelemahan dan kelebihan akan dirinya.

Diperlukan adanya penerimaan diri yang positif bagi para pensiunan untuk melewati fase pensiun. Karena *self acceptance* (penerimaan diri) merupakan salah satu fungsi psikologis yang berpengaruh terhadap *psychological well being* pada tercapainya *successfull aging*, seperti yang di ungkapkan oleh Hardy dan Heyes (dalam Adhiwardani, 2002) individu yang menerima masa pensiun dapat merasa bahagia dan gembira karena memiliki waktu luang untuk mengerjakan segala sesuatu dan sebaliknya ada yang tidak dapat menerima keadaan pensiun dengan merasa cemas dan merasa takut tidak dapat bersosialisasi lagi di lingkungannya.

Perasaan bahagia secara psikologis (*Psychological well being*) yang timbul karena penerimaan diri pada keadaan pensiun ini merupakan salah satu aspek dalam *successfull aging* yang baik.

Permasalahan yang seringkali terjadi pada para lansia di usia lanjut apabila mereka berada pada kondisi *despair* sesuai dengan teori perkembangan psikososial Erikson, individu lanjut usia memiliki tugas perkembangan terakhir yaitu *integrity vs despair*. Individu lanjut usia yang dapat merefleksikan masa lalunya dan dapat meninjau kehidupannya serta menemukan arti dan integrasi maka akan mencapai integritas. Bagi Erikson, pencapaian tertinggi pada masa lanjut usia adalah adanya rasa ego integrity atau integritas diri, sebuah pencapaian yang didasari refleksi mengenai jalan hidup seseorang.

Tahapan kedelapan dan terakhir dari rentang hidup, yaitu integritas diri dan keputusasaan (*ego integrity versus despair*), seorang lanjut usia perlu mengevaluasi dan menerima kehidupan mereka, daripada menyerah terhadap keputusasaan karena ketidakmampuan untuk melakukan hal yang berbeda pada masa lalu (Erikson, Erikson dan Kivnick, 1986). Para lansia yang sukses dalam tugas terakhir ini akan memperoleh perasaan kebermaknaan hidup mereka dalam tataran sosial yang lebih tinggi dengan menerima kehidupan yang telah dijalani tanpa ada rasa penyesalan, menerima ketidaksempurnaan pada diri serta keadaan saat pensiun.

Kondisi lanjut usia yang mengalami *despair* tergambarkan dalam beberapa penelitian. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rini Fitriani Permatasai (2010)

pada para lansia penderita diabetes mellitus di RSUD Dr. Sardjito Yogyakarta, yang mengalami ketegangan psikologis diakibatkan pengaturan pola hidup dan pengobatan penyakit tersebut yang memerlukan jangka waktu panjang. Berkaitan dengan ketegangan psikologis tersebut maka dapat dilakukan sebuah mekanisme penerimaan diri oleh para pasien dengan menerima kenyataan yang ada dengan penyakitnya tersebut. Rubin (1974) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan perasaan senang sehubungan dengan kenyataan yang ada pada diri sendiri.

Berapapun usia seorang pensiunan, mungkin bukan suatu hal penting yang perlu diperbincangkan. Namun justru efek dari usia dan keadaan tersebutlah yang memiliki peranan penting dalam kehidupan seorang pensiunan, hal tersebut berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan beberapa pensiunan anggota PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia) di daerah Seputih Mataram Lampung Tengah, hal yang seringkali menjadi permasalahan dan menghambat aktivitas mereka ialah kondisi kesehatan mereka seperti mudah lelah, pegal-pegal, sakit ketika berjalan kaki, mudah jatuh, asam urat dan lain sebagainya.

Berdasarkan wawancara dilakukan pada tanggal 27 juni 2018, hasil dari wawancara tersebut bahwasannya para pensiunan tersebut merasa bahagia setelah dinyatakan pensiun karena telah lepas dari tanggung jawab serta pekerjaan mereka sebelumnya. Seperti yang diungkapkan oleh Hasibuan (dalam Adhiwardani, 2002), idealnya masa pensiun dirasakan oleh individu sebagai suatu kebahagiaan, suatu masa yang ditunggu-tunggu karena dirinya merasa sudah cukup bekerja, merasa puas dan sudah merasa saatnya mereka tinggalkan.

Hadjam (dalam Adhiwardani, 2002) menjelaskan bahwa perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, perubahan secara keseluruhan terhadap pola individu mengalami masa pensiun (Hurlock 1999, dalam Adhiwardani, 2002) dapat menimbulkan perbedaan sikap penerimaan atau penolakan.

Di sisi lain, individu lanjut usia pasti memiliki harapan untuk menghabiskan sisa-sisa waktunya dengan baik serta penuh keberhasilan dan kesuksesan, baik secara biologis, psikologis, dan sosial. Lanjut usia yang berhasil (*successful aging*) didefinisikan oleh Rowe dan Kahn (1997) harus mampu menanggulangi penyakit dan ketidakmampuan fisik, memiliki kapasitas yang tinggi dari fungsi kognitif dan fisik, serta memiliki keterikatan yang aktif dengan kehidupan di sekitarnya.

Hal tersebut seperti yang dilakukan oleh para pensiunan di daerah Seputih Mataram Lampung Tengah, para pensiunan banyak menjalani kegiatan dan aktivitas baik di rumah dan juga di lingkungan sosial seperti bercocok tanam aneka sayuran dan bunga, memelihara ikan konsumsi di kolam, dan para pensiunan yang berdomisili di Kedaton kota Bandar Lampung, mengikuti berbagai kegiatan di organisasi PWRI (Persatuan Werdatama Republik Indonesia) dan juga senam lansia.

Suardiman (2011) merumuskan salah satu strategi untuk mencapai keberhasilan bagi para lanjut usia adalah dengan menggunakan waktu sebanyak mungkin dan sebaik-baiknya untuk melakukan hal yang bermakna. Kegiatan yang

dilakukan sekedar untuk mengisi waktu luang cenderung mengurangi rasa tidak bahagia pada lanjut usia. (Greenfield dan Marks, 2004).

Dikarenakan banyaknya aktifitas, para lanjut usia yang menjalani masa pensiun dapat mengalihkan perhatian dan fokusnya dari kondisi diri sendiri kepada hal lain yang bermanfaat baik itu untuk penanggulangan kondisi pribadinya maupun bagi lingkungan sekitar.

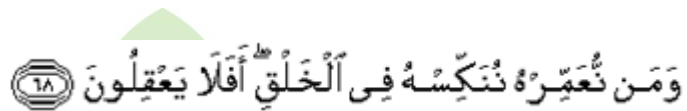
Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Ketua Organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) provinsi Lampung, Bapak H.Lukman Hakim S.H, MM beliau mengatakan bahwa dengan berkumpul dengan sesama pensiunan dalam organisasi akan meningkatkan energi positif serta meningkatkan kebahagiaan.

Masa pensiun adalah masa yang datangnya berdasarkan pencapaian usia tertentu. Banyak orang beranggapan bahwa masa pensiun merupakan tanda bahwa seseorang sudah mengalami penuaan dan tidak dapat bekerja secara produktif lagi, pensiun adalah masa transisi signifikan yang mempengaruhi perubahan. (Seligman, 1980) menjelaskan bahwa ketika hal ini terjadi, perubahan fisiologis tidak dapat dihindari dan juga dapat mengakibatkan perubahan emosional.

Permasalahan selanjutnya yaitu berkenaan dengan penyesuaian diri dalam menjalani masa pensiun berkaitan dengan penelitian. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan beberapa pensiunan di daerah Seputih Mataram Lampung Tengah. Wawancara dilakukan pada tanggal 27 juni 2018, hasil dari wawancara tersebut bahwasannya para pensiunan tersebut seringkali merasa ketinggalan

zaman, merasa tidak lagi terpakai dan merasa tersisihkan terutama dengan kalangan yang lebih muda. Hal tersebut seperti yang diungkapkan oleh Hurlock (2003) dalam proses ini mereka tidak hanya menyesuaikan diri dengan kondisi pekerjaan saja tetapi mereka juga harus menyadari bahwa peran dirinya dalam lingkungan semakin berkurang sesuai dengan semakin bertambahnya usia. Akibatnya, statusnya dalam kelompok sosial semakin berkurang dan mereka juga mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri terhadap masa pensiun.

Sebagaimana firman Allah S.W.T dalam Q.S Yasin (36) berikut ini :



Artinya : “Dan barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya niscaya Kami kembalikan dia kepada kejadian(nya) . Maka apakah mereka tidak memikirkan?”

Maksud dari ayat di atas adalah bahwa siapa yang dipanjangkan umurnya sampai usia lanjut akan dikembalikan menjadi lemah seperti keadaan semula. Keadaan itu ditandai dengan rambut yang mulai memutih, penglihatan yang mulai kabur, pendengaran yang sayu, sampai gigi yang mulai berguguran, kulit mulai keriput, langkahpun mulai gontai. Ini adalah sunnatullah yang tidak bisa ditolak oleh siapapun.

Berdasarkan uraian mengenai penerimaan diri, *successfull aging* dan penyesuaian diri untuk itu berkaitan dengan latar belakang yang ingin diteliti “Hubungan Antara *successfull aging* dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri di Organisasi PWRI kota Bandar Lampung”. Sebelumnya, terdapat penelitian oleh

Malihah Al-Azizah dengan judul “*Successfull Aging* Pada Lanjut Usia Jamaah Pengajian” yang membedakan penelitian ini dengan penelitian tersebut adalah masalah yang melatarbelakangi, kemudian dalam penelitian ini terdapat tiga variabel, metode penelitian kemudian lokasi penelitian.

B. Tujuan Penelitian

Melihat dari latar belakang masalah yang telah dibuat di atas, tujuan dari penelitian adalah untuk mengungkap adanya hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri.

C. Manfaat Penelitian

Berlandaskan tujuan penelitian yang telah dibuat, adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah perkembangan keilmuan dalam bidang ilmu psikologi (Psikogrentologi) tentang perkembangan lanjut usia yang menjalani masa pensiun.

2. Praktis

- a. Bagi penelitian selanjutnya, manfaat yang diperoleh dari penelitian ini yaitu dapat dipergunakan sebagai bahan untuk melakukan penelitian tentang faktor lain yang mempunyai hubungan dengan *successfull aging* dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri pada para pensiunan dan hasilnya dapat diuji kembali.

b. Bagi Para Anggota PWRI

Manfaat yang diperoleh bagi lanjut usia yang menjalani masa pensiun, yaitu diharapkan agar peran sertanya dalam *successful aging*, penyesuaian diri serta penerimaan diri dapat ditingkatkan sehingga dapat menjalani kehidupan secara optimal dan mampu mencapai integritas dalam tugas perkembangan terakhirnya, tetap mampu produktif serta memaksimalkannya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Penerimaan Diri

1. Penerimaan Diri

a. Pengertian Penerimaan Diri

Hurlock (dalam Fitrie dan M As'ad,2016) mengungkapkan bahwa penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri, sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Segala apa yang ada pada dirinya.

Menurut Chaplin (dalam Ariyanti (2013) penerimaan diri adalah sikap yang merupakan cerminan dari perasaan puas terhadap diri sendiri dengan kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri, serta pengakuan akan keterbatasan yang ada dalam diri.

Menurut Crumbough (dalam Alwisol, 2012) mengungkapkan bahwa penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik hidupnya.

Pannes (dalam Endah dan Sartini.2002) mengungkapkan bahwa penerimaan Diri adalah suatu keadaan individu yang memiliki keyakinan akan karakteristik dirinya,serta mampu dan mau untuk hidup dengan keadaan tersebut.

Jadi, Individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan.

Chaplin, J.P.(2005) mengemukakan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, serta pengetahuan-pengetahuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Penerimaan diri membutuhkan adanya kemampuan diri dalam psikologis seseorang yang menunjukkan kualitas diri serta kesadaran diri akan segala kelebihan dan kekurangan diri haruslah seimbang dan diusahakan untuk saling melengkapi satu sama lain, sehingga dapat menumbuhkan kepribadian yang sehat.

Menurut Aryanti (2013) penerimaan diri adalah sikap selalu terbuka terhadap setiap pengalaman serta mampu menerima setiap masukan dan kritikan dari orang lain. Penerimaan diri merupakan suatu tahapan yang harus dilakukan karena akan membantu dalam menyesuaikan diri, yang merupakan salah satu dari aspek kesehatan mental. Kriteria orang yang bermental sehat adalah: memiliki pandangan yang sehat terhadap diri dan lingkungan, mampu menyesuaikan diri dalam segala kemungkinan serta mampu mengatasi permasalahan hidup, dan dapat mencapai kepuasan pribadi juga ketenangan hidup tanpa merugikan orang lain.

Hjelle dan Ziegler (1981) menyatakan bahwa individu dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap frustrasi atau kejadian-kejadian yang menjengkelkan,

dan toleransi terhadap kelemahan diri tanpa harus menjadi sedih atau marah. Individu ini dapat menerima dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan. (Fitrie dan M As'ad,2016)

Sikap penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis, Sikap penerimaan realistis dapat ditandai dengan memandang segi kelemahan-kelemahan maupun kelebihan-kelebihan diri secara objektif. Sebaliknya, penerimaan diri tidak realistis ditandai dengan upaya untuk menilai secara berlebihan terhadap diri sendiri, mencoba untuk menolak kelemahan diri sendiri, mengingkari atau menghindari hal-hal yang buruk dari dalam dirinya, misalnya pengalamantraumatis masa lalu.(Dariyo Agoes. 2007)

Individu memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya dan tidak mencela kekurangan dirinya.Individu yang memiliki penerimaan diri mengetahui potensi yang dimilikinya dan dapat menerima kelemahannya. Penerimaan diri merupakan suatu tingkatan kesadaran individu tentang karakteristik pribadi dan adanya kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut.Individu dengan penerimaan diri merasa bahwa karakteristik tertentu yang dimiliki adalah bagian diri yang tidak dapat terpisahkan,yang selanjutnya dihayati sebagai anugerah.

Segala apa yang ada pada dirinya dirasakan sebagai sesuatu yang menyenangkan,sehingga individu memiliki keinginan untuk terus dapat menikmati kehidupan.Perubahan apapun yang terjadi berkaitan dengan proses menua dapat diterima oleh individu yang memiliki penerimaan diri dengan hati yang lapang. (Endah dan Sartini. 2002)

Penjelasan mengenai penerimaan diri pada lanjut usia, dijelaskan pada ayat Al-Qur'an surat An-Nur ayat 60 :

وَالْقَوَاعِدُ مِنَ النِّسَاءِ اللَّاتِي لَا يَرْجُونَ نِكَاحًا فَلَيْسَ عَلَيْهِنَّ جُنَاحٌ أَنْ يَضَعْنَ ثِيَابَهُنَّ
غَيْرَ مُتَبَرِّجَاتٍ بِزِينَةٍ وَأَنْ يَسْتَغْفِرْنَ خَيْرٌ لَّهُنَّ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ

Artinya : *Dan perempuan-perempuan tua yang telah terhenti (dari haid dan mengandung) yang tiada ingin kawin (lagi), tiadalah atas mereka dosa menanggalkan pakaian mereka dengan tidak (bermaksud) menampakkan perhiasan, dan berlaku sopan adalah lebih baik bagi mereka. Dan Allah Maha Mendengar lagi Maha Bijaksana*

Kondisi-kondisi seperti disebutkan diatas oleh para lanjut usia yang menyadari serta menerima kodrat (Sunnatullah) boleh jadi tidak menjadi masalah besar yang sangat mengganggu bagi kelangsungan dan kualitas kehidupan terutama pada para pensiunan. Akan tetapi sebaliknya yang terjadi, apabila sulit menerima kenyataan maka akan memunculkan persoalan baru menyangkut psikologis, kesehatan fisik dan hubungan interpersonal.

b. Ciri-Ciri Penerimaan Diri

Santrock (2003) mengemukakan bahwasannya ciri-ciri individu dengan penerimaan diri adalah sebagai berikut : .

- a. Seorang yang menerima dirinya memiliki penghargaan yang realistis tentang sumber-sumber yang ada pada dirinya digabungkan dengan penghargaan tentang harga atau kebergunaan dirinya. Ia percaya akan norma-norma serta keyakinan-keyakinannya sendiri, dengan tidak menjadi budak daripada opini-opini orang lain. Ia juga memiliki pandangan yang

realistis tentang keterbatasan-keterbatasannya tanpa menimbulkan tindakan menjauhi atau penolakan diri yang rasional.

- b. Individu-individu yang menerima kehadiran dirinya mengenal dan menghargai potensi-potensi diri dan bebas mengikuti perkembangannya. Mereka menyadari kekurangan-kekurangannya tanpa harus terus menerus menyesalinya.
- c. Ciri yang paling menonjol dari pada seseorang yang menerima dirinya adalah spontanitas dan tanggung jawabnya untuk dirinya sendiri. Mereka menerima kualitas-kualitas kemanusiaannya tanpa mempersalahkan diri yang telah terjadi hal-hal yang diluar kemampuannya untuk mengontrolnya.

c. Aspek-aspek Penerimaan Diri

Menurut (Hurlock, 1898) mengemukakan beberapa aspek penerimaan diri, sebagai berikut:

- a. Sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri dan mampu mengerjakan suatu hal
- b. Kesiediaan menerima kritikan dari orang lain, mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain. Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar serta terbuka dan tidak marah dengan kritikan maupun saran dari orang lain.

- c. Mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan, dengan dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang baru, mampu menempatkan diri dengan realitas dan fleksibel.
- d. Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, dengan menyadari kekurangan serta kelebihan dalam diri, menanggapi segala kekurangan dalam diri dengan rasa humor.
- e. Nyaman dengan diri sendiri, dengan mudah menyesuaikan dengan perubahan fisik dan emosi
- f. Memanfaatkan kemampuan dengan efektif
- g. Mandiri dan berpendirian
- h. Bangga menjadi diri sendiri.

d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penerimaan Diri

Hurlock (1993) mengemukakan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu :

- a. Adanya pemahaman tentang diri sendiri

Hal ini timbul adanya kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya. Individu yang dapat memahami dirinya sendiri tidak akan hanya tergantung dari kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga pada kesempatannya untuk penemuan diri sendiri, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin ia dapat menerima dirinya.

b. Adanya hal yang realistik

Hal ini timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan disesuaikan dengan pemahaman dengan kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya dengan memiliki harapan yang realistic, maka akan semakin besar kesempatan tercapainya harapan itu, dan hal ini akan menimbulkan kepuasan diri yang merupakan hal penting dalam penerimaan diri.

c. Tidak adanya hambatan di dalam lingkungan

Walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi jika lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi, maka harapan individu tersebut akan sulit tercapai.

d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan

Tidak menimbulkan prasangka, karena adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesedian individu mengikuti kebiasaan lingkungan. Individu yang mengidentifikasi dengan individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik akan dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri, dan bertindak laku dengan baik yang menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik.

e. Adanya perspektif diri yang luas

Yaitu memperhatikan pandangan orang lain tentang diri perspektif yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Usia dan tingkat pendidikan

memegang peranan penting bagi seseorang untuk mengembangkan perspektif dirinya.

f. Konsep diri yang stabil

Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil, akan sulit menunjukkan pada orang lain, siapa ia yang sebenarnya, sebab ia sendiri ambivalen terhadap dirinya.

2. Penerimaan Diri Pada Masa Pensiun

Setelah dipaparkan beberapa pengertian dari penerimaan diri dan masa pensiun oleh para ahli, dapat disimpulkan bahwa para pensiunan yang dapat menerima perubahan-perubahan yang berkaitan dengan proses penuaan akan gembira dalam menjalani kehidupan masa tuanya. Hal ini disebabkan individu usia lanjut dengan penerimaan diri memiliki toleransi terhadap kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menjadi sedih atau marah, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, mampu dan mau menerima keadaan diri baik kelebihan atau kekurangan, sehingga dapat memandang masa pensiunnya dengan lebih positif. Tanpa penerimaan diri, seseorang usia lanjut hanya dapat membuat sedikit atau tidak ada kemajuan sama sekali dalam suatu hubungan yang efektif.

B. *Successfull Aging*

1. Pengertian *Successfull Aging*

Winn (dalam Hamidah dan Aryani,2012) menjelaskan *successfull aging* adalah kondisi yang terbebas dari penurunan kesehatan fisik, kognitif dan sosial..

Menurut Chan (dalam Hamidah dan Aryani,2012) *successfull aging* didefinisikan sebagai suatu kondisi yang lengkap atau sempurna secara fisik,mental dan *social well being*. Lebih spesifik dikatakan bahwa *successfull aging* meliputi empat bidang kesehatan dan indikator sosial, yaitu fungsi fisik, kognitif, kepribadian yang melankolia dan adanya dukungan dari keluarga dan lingkungan.

Dorris (dalam Hamidah dan Aryani, 2012) menjelaskan bahwa *successfull aging* adalah kondisi yang tidak ada penyakit, artinya sehat secara fisik, aman secara finansial, hidupnya masih produktif serta mandiri dalam hidupnya, mampu berfikir optimis dan positif, masih mampu terlibat aktif dengan orang lain yang dapat memberikan makna dan dukungan secara sosial dan psikologis dalam hidupnya.

Elizabeth B. Hurlock (1980) mengatakan bahwa *successfull aging* adalah kondisi yang seimbang antara aspek lingkungan, emosi, spiritual, sosial, fisik, psikologis dan budaya. Penelitian terhadap lanjut usia mengungkapkan bahwa rangsangan dapat membantu mencegah kemunduran fisik dan mental. Mereka secara fisik dan mental tetap aktif dimasa tua tidak terlampaui menunjukkan

kemunduran fisik dan mental dibanding dengan mereka yang menganut filsafat “Kursi Goyang” terhadap masalah usia tua dan menjadi tidak aktif karena kemampuan-kemampuan fisik dan mental mereka sedikit sekali memperoleh rangsangan.

Menurut Suardiman (2011) *successful aging* adalah suatu kondisi dimana seorang lansia tidak hanya berumur panjang tetapi juga umur panjang dalam kondisi sehat, sehingga memungkinkan untuk melakukan kegiatan secara mandiri, tetap berguna dan memberikan manfaat bagi keluarga dan kehidupan sosial. Kondisi demikian sering disebut sebagai harapan hidup untuk tetap aktif. Sebaliknya orang tidak menghendaki umur panjang, apabila umur panjang itu dilalui dalam keadaan sakit.

Sementara ahli Shu (dalam Hamidah, 2012) mengatakan bahwa *successful aging* didefinisikan sebagai suatu kondisi lengkap atau sempurna secara fisik, mental dan *social well-being*. Lebih spesifik dikatakan bahwa *successful aging* meliputi empat bidang kesehatan dan indikator sosial, yaitu fungsi fisik, fungsi kognitif, fungsi kepribadian dan adanya dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan.

2. Aspek-aspek *Successful Aging*

Lawton (dalam Weiner, 2003: 610) memaparkan *successful aging* dalam 4 (empat) aspek yaitu meliputi :

a. *Functional well*

Functional well didefinisikan sebagai keadaan lansia yang masih memiliki fungsi baik fungsi fisik, psikis maupun kognitif yang masih tetap terjaga dan mampu bekerja dengan optimal di dalamnya termasuk juga kemungkinan tercegah dari berbagai penyakit, kapasitas fungsional fisik dan kognitif yang tinggi dan terlibat aktif dalam kehidupan.

b. *Psychological well-being*

Kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala-gejala depresi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan ketua PWRI provinsi Lampung pada tanggal 19 oktober 2018, Bapak Lukman Hakim mengatakan bahwasannya dengan berkumpul dengan sesama pensiunan memiliki pengaruh yang sangat positif yaitu dapat meningkatkan kebahagiaan.

c. *Selection optimization compensation.*

1) Seleksi

Seleksi mengacu pada pengembangan, menguraikan, dan berkomitmen untuk tujuan pribadi. Sepanjang masa hidup, peluang biologi, sosial, dan individu dan kendala menentukan berbagai domain alternatif berfungsi. Jumlah pilihan, biasanya melebihi jumlah sumber daya internal dan

eksternal yang tersedia untuk individu, perlu dikurangi dengan memilih subset dari domain tersebut yang untuk memfokuskan sumber daya seseorang. Hal ini sangat penting di usia tua, waktu dalam hidup ketika sumber daya menurun.

2) Optimasi

Untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam domain yang dipilih, berarti tujuan yang relevan perlu diperoleh, diterapkan, dan halus. Cara yang paling cocok untuk mencapai tujuan seseorang bervariasi sesuai dengan domain tujuan tertentu (misalnya, keluarga, olahraga), karakteristik pribadi (misalnya, umur, jenis kelamin), dan konteks sosial budaya (misalnya, sistem dukungan kelembagaan). Pemeliharaan fungsi positif dalam menghadapi kerugian mungkin sama pentingnya bagi penuaan sukses sebagai fokus pertumbuhan yang berkelanjutan.

b. *Primary and Secondary Control*

Pada semua kegiatan yang relevan untuk kelangsungan hidup dan prokreasi, seperti mencari makan, bersaing dengan saingan, atau menarik pasangan, organisme berjuang untuk kontrol dalam hal mewujudkan hasil yang diinginkan dan mencegah yang tidak diinginkan. Kecenderungan motivasi paling mendasar dan universal berhubungan dengan dasar ini berusaha untuk mengendalikan lingkungan, atau dalam istilah yang lebih spesifik, untuk menghasilkan konsistensi antara perilaku dan peristiwa di lingkungan. Hal ini disebut sebagai *primary control*. Sedangkan *secondary control* merujuk kepada kemampuan seseorang untuk mengatur keadaan mental.

3. Faktor yang mempengaruhi *Successfull Aging*

Menurut Berk (dalam Suardiman, 2011 : 181) mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian *successfull aging* :

- a. Optimis serta perasaan efikasi diri dalam meningkatkan kesehatan dan fungsi baik.
- b. Optimisasi secara selektif dengan kompensasi untuk membangun keterbatasan energi fisik dan sumber kognitif sebesar-besarnya.
- c. Penguatan konsep diri yang meningkatkan penerimaan diri dan pencapaian harapan.
- d. Memperkuat pengertian emosional dan pengaturan emosional diri yang mendukung makna, menghadirkan ikatan sosial.
- e. Menerima perubahan yang membantu perkembangan kepuasan hidup.
- f. Perasaan spritual dan keyakinan yang matang harapan akan kematian dengan ketenangan dan kesabaran.
- g. Kontrol pribadi dalam hal ketergantungan dan kemandirian.
- h. Kualitas hubungan yang tinggi, memberikan dukungan sosial dari persahabatan yang menyenangkan.

Masa lansia merupakan masa mempertahankan kehidupan (*defensive strategy*) dalam arti secara fisik berusaha menjaga kesehatan agar tidak sakit-sakitan dan menyulitkan atau membebani orang lain. Pada saat ini memang terjadi berbagai penurunan status yang disebabkan oleh penurunan aspek seperti fisiologis, psikis dan fungsi-fungsi sensorik motorik yang diikuti oleh penurunan fungsi fisik, kognitif, emosi, minat, sosial, ekonomi dan keagamaan.

Usia lanjut yang berhasil difasilitasi oleh konteks sosial yang memberi peluang para usia lanjut untuk mengelola perubahan hidupnya secara efektif. Lansia memerlukan perencanaan jaminan sosial yang baik, layanan kesehatan baik, perumahan yang aman dan layanan sosial yang bermacam-macam.

Menurut pengertian yang telah dijelaskan oleh para ahli dapat disimpulkan bahwa pengertian *successful aging* diartikan sebagai kondisi fungsional lansia berada pada kondisi maksimum atau optimal, yang tercegah dari berbagai penyakit serta memiliki fungsi kognitif yang tinggi, sehingga memungkinkan lansia bisa menikmati masa tua dengan penuh makna, membahagiakan, berguna dan berkualitas serta tetap berperan aktif dalam kegiatan sosial.

Penjelasan mengenai kebermaknaan kehidupan lanjut usia terdapat dalam ayat Al-Qur'an Q.S Al-Hajj ayat 5

وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ۚ

“Dan (ada pula) di antara kamu yang dikembalikan sampai usia sangat tua, sehingga dia tidak mengetahui lagi sesuatu yang telah diketahuinya.” (QS.al-Hajj:5)

Masa tua dalam ayat ini disebut (أَرْدَلِ الْعُمْرِ) yang memiliki arti “masa yang tidak bernilai”. pada penggalan ayat selanjutnya yaitu, *“sehingga dia tidak mengetahui lagi sesuatu yang telah diketahuinya.”* usia tua disebut dengan “masa yang tidak bernilai” karena disaat itu sebagian manusia mengalami pikun atau lupa dengan sesuatu yang pernah ia ketahui. Karena hilangnya pengetahuan itulah maka masa ini tidak berarti dan tak memiliki nilai. Tapi hal ini tidak berlaku untuk

semua orang yang berada pada usia tua. Karena orang-orang usia lanjut yang masih aktif dan senantiasa melakukan kebaikan umurnya masih sangat bernilai. Bahkan mereka tergolong ke dalam sabda nabi Muhammad saw,

خَيْرُكُمْ مَنْ طَالَ عُمُرُهُ وَحَسُنَ عَمَلُهُ

Artinya : *“Sebaik-baik kalian adalah yang umurnya panjang dan amalnya baik.”* Maka dapat kita simpulkan bahwa nilai umur manusia bergantung kepada pengetahuan yang ia miliki. Tanpa pengetahuan maka kehidupannya tak bernilai sama sekali. Karena itulah masa terbaik manusia adalah masa yang selalu bergandengan dengan ilmu dan pengetahuan.



C. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian diri

Penyesuaian diri adalah suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan kebutuhan, tegangan-tegangan, frustasi-frustasi dan konflik-konflik batin serta menyalurkan tuntutan-tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana dia hidup (Semiun, 2006)

Penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya (Enung Fatimah, 2008)

Schneiders (dalam R. Desmita, 2008) mengungkapkan penyesuaian diri adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik, dan frustrasi yang dialaminya.

Menurut Bimo Walgito (2002) penyesuaian diri adalah dimana individu dapat meleburkan dirinya dengan keadaan sekitarnya atau sebaliknya individu dapat mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan dimana diri individu sebagai apa yang diinginkan oleh individu itu sendiri.

Menurut Syamsu Yusuf (2004) penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respon mental dan perbuatan individu dalam upaya memenuhi

kebutuhan-kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan ko memperhatikan norma-norma atau tuntutan-tuntutan lingkungan dimana ia hidup.

Penyesuaian diri berdasarkan pendapat dan teori diatas,dapat disimpulkan sebagai proses belajar seorang individu dalam memahami,mengerti dan berusaha untuk melakukan yang diinginkan oleh lingkungannya sehingga individu dapat menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam lingkungannya. Baik lingkungan keluarga, maupun lingkungan sekitar dan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.

2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Schneiders (dalam Mayasari,2014) menyatakan bahwa penyesuaian diri memiliki empat aspek, yaitu :

a. Kontrol terhadap emosi

Individu mengontrol emosinya dalam menghadapi suatu masalah dengan cerdas dan dapat menentukan berbagai alternatif penyelesaian masalah

b. Mekanisme pertahanan diri

Menekankan pada penyelesaian masalah dengan melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri dan tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi

c. Frustrasi personal yang minimal

Meminimalkan frustrasi yang dapat memunculkan perasaan tidak berdaya dan mengakibatkan individu mengalami kesulitan dan kemampuan berfikir

d. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri

Menekankan pada individu yang berfikir dan mempertimbangkan masalah serta mengorganisasi pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk jalan keluar

e. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu

Pengalaman dirinya maupun pengalaman orang lain dapat menjadi proses belajar individu dengan melakukan analisis faktor-faktor yang dapat membantu dan mengganggu penyesuaian

Proses penyesuaian diri pada manusia tidaklah mudah. Hal ini karena didalam kehidupannya manusia terus dihadapkan pada pola-pola kehidupan baru. (Sunarto, 2008) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.

3. Bentuk-Bentuk Penyesuaian Diri

Bentuk-bentuk penyesuaian diri menurut Gunarsa :

a. Adaptive

Bentuk penyesuaian diri adaptive sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini bersifat badani, artinya perubahan-perubahan dalam proses

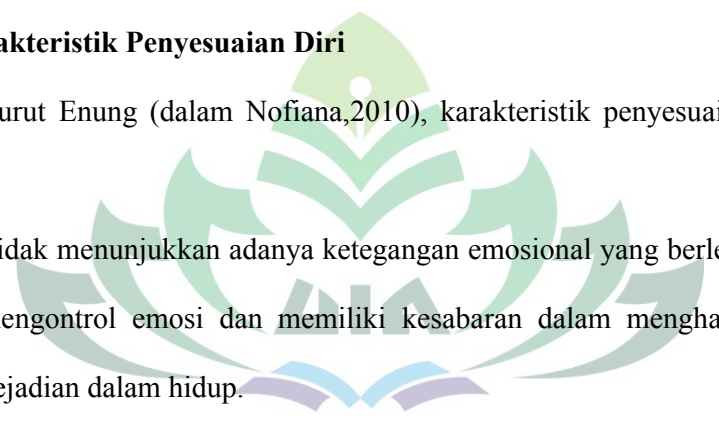
badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Misalnya,berkeringat adalah usaha tubuh untuk mendinginkan tubuh dari suhu panas atau dirasakan terlalu panas.

b. Adjustive

Bentuk penyesuaian diri adjustive adalah bentuk penyesuaian diri yang lain bersifat psikis,tingkah laku terhadap lingkungan yang terdapat aturan-aturan dan norma. (Sobur,2003)

4. Karakteristik Penyesuaian Diri

Menurut Enung (dalam Nofiana,2010), karakteristik penyesuaian diri antara lain :

- 
- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yang berlebihan,mampu mengontrol emosi dan memiliki kesabaran dalam menghadapi berbagai kejadian dalam hidup.
 - b. Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan diri yang salah mempunyai mekanisme pertahanan diri yang positif sehingga masalah yang dihadapi terasa ringan.
 - c. Tidak menunjukkan adanya frustasi pribadi. Tidak mengalami frustasi dan gejala-gejala kelainan jiwa.
 - d. Memiliki pertimbangan yang rasional. Langkah apapun yang ingin ditempuh,selalu berdasarkan pemikiran yang rasional.

- e. Mampu belajar dari pengalaman, pengalaman hidup dapat menempe mentalnya menjadi lebih kuat.
- f. Bersikap realistik dan objektif. Melihat berbagai kejadian atau masalah didasarkan pada realita dan pemikiran objektif.

5. Permasalahan Penyesuaian Diri Dalam Masa Pensiun

Salah satu masalah yang dihadapi oleh para pensiunan adalah penyesuaian terhadap masa pensiun (Suardiman, 2011). Hal ini dikarenakan adanya perubahan yang tidak terduga yang terjadi pada individu yang menjalani masa pensiun (Santrock dalam Apsari, 2012) perubahan yang terjadi tersebut menimbulkan ketidakpastian dan ketidaknyamanan bagi beberapa orang, sehingga masa pensiun dianggap menjadi masa yang kurang menyenangkan karena perubahan dalam kehidupan seperti perubahan pendapatan ekonomi, aktivitas sehari-hari dan lingkungan pergaulan (Apsari, 2012 : Safitri, 2013).

Masa pensiun memerlukan penyesuaian yang tidak mudah Moen (dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa pensiun merupakan suatu proses, bukan suatu peristiwa. Individu usia lanjut yang menunjukkan penyesuaian paling baik terhadap pensiun adalah mereka yang sehat, memiliki keuangan yang memadai, aktif, memiliki jaringan sosial yang luas meliputi kawan-kawan dan keluarga. (Santrock, 2012)

6. Mengatasi Permasalahan Dalam Masa Pensiun

Penyesuaian terhadap masa pensiun perlu dilakukan agar para pensiunan lebih siap menghadapi perubahan dalam kehidupan pada masa pensiun.

Penelitian Bikson dan Goodchids (Spacapan & Oskamp, 1989 dalam Suardiman, 2011) terhadap persiapan masa pensiun menemukan bahwa selain penggunaan waktu dan proses perencanaan pensiun, penyesuaian terhadap keluarga dan sosial juga menjadi hal yang harus diperhatikan. Banyaknya waktu yang dihabiskan dengan pasangan dapat memberikan sumbangan kepada timbulnya situasi perkawinan yang bahagia. Selain itu, menjalin relasi dengan tetangga atau teman dekat juga dapat dilakukan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.

Allah S.W.T berfirman dalam Q.S Ar-Rad ayat : 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati-hati mereka menjadi tenteram dengan berdzikir (mengingat) kepada Allah. Ingatlah, hanya dengan berdzikir (mengingat) kepada Allah-lah, hati akan menjadi tenteram”. [ar Ra’d / 13 : 28].

Berkaitan dengan ayat ini, Imam Ibnu Katsir menjelaskan : “Maksudnya, hati akan menjadi baik dan menjadi senang ketika menuju ke sisi Allah. Hati menjadi tenang ketika mengingat Allah, dan hati merasa puas ketika merasa bahwa Allah

adalah pelindung dan penolongnya. Untuk membangkitkan rasa aman, tentram dalam menyesuaikan diri pada masa pensiun dan disaat merasakan kegelisahan serta merasa lemah dan tidak mampu menghadapi tekanan.

7. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Terhadap Masa Pensiun.

Hurlock menjelaskan ada beberapa kondisi yang mempengaruhi penyesuaian terhadap masa pensiun diantaranya yaitu :

- a. Para pekerja yang secara sukarela akan menyesuaikan diri lebih baik dibandingkan dengan mereka yang merasa pensiun dengan terpaksa terutama bagi mereka yang masih ingin melanjutkan bekerja.
- b. Kesehatan yang baik pada waktu pensiun memudahkan penyesuaian.
- c. Banyak pekerja yang merasa bahwa berhenti dari pekerjaan secara bertahap ternyata lebih baik efeknya dibandingkan dengan mereka yang tiba-tiba berhenti dari kebiasaan bekerja karena mereka tidak bisa mengatur persiapan pola hidup tanpa pekerjaan.
- d. Bimbingan dan perencanaan pra pensiun akan membantu penyesuaian diri.
- e. Pekerja yang mengembangkan minat tertentu guna menggantikan aktivitas kerja rutin yang sangat bermanfaat bagi mereka dan menghasilkan kepuasan yang dulu diperoleh dari pekerjaannya tidak akan menemukan masalah penyesuaian terhadap masa pensiun secara emosional

membingungkan mereka yang terbata-bata mengembangkan minat pengganti.

- f. Status ekonomi yang baik memungkinkan seorang lansia untuk hidup dengan nyaman.
- g. Status perkawinan yang bahagia sangat membantu penyesuaian diri terhadap masa pensiun.
- h. Sikap anggota keluarga terhadap masa pensiun mempunyai pengaruh yang amat besar terhadap masa pensiun yang dijalani. (dalam Hurlock,2002)

Hurlock menjelaskan bahwa kondisi-kondisi tertentu dapat membantu penyesuaian diri terhadap masa pensiun, sedangkan kondisi lain dapat menghambat penyesuaian. Sikap para pekerja terhadap pensiun pasti mempunyai pengaruh yang besar terhadap penyesuaian. Sikap ini bervariasi dari sikap yang senang karena mereka akan bebas dari tugas dan sikap yang gelisah karena memikirkan sesuatu yang harus dilepaskan, padahal sesuatu itu bagi dia sangat berarti dan tidak lain adalah pekerjaan. (Hurlock,2002)

Back (dalam Hurlock, 2002) mengungkapkan bahwa apabila pensiun semakin dianggap sebagai perubahan status baru, maka pensiun akan semakin tidak dianggap sebagai membuang status yang berharga dengan demikian akan menjadi transisi yang lebih baik.

D. Hubungan Antara *Successfull Aging* Dan Penyesuaian Diri Lanjut Usia Dengan Penerimaan Diri.

Hurlock menjelaskan penerimaan diri pada lanjut usia perlu dimiliki secara positif pada para individu, tanpa merasakan ketakutan yang mendalam, merasa hidupnya tidak berarti, timbul rasa benci dan penolakan terhadap lingkungan. Individu yang *despair* tersebut tidak akan merasakan kebahagiaan, karena salah satu komponen kebahagiaan bagi individu lanjut usia adalah penerimaan diri. (dalam Endah dan Sartini. 2002).

Pada jurnal penelitian yang dilakukan oleh Wafiqotul Khusniyah, Iin Ervina, Istiqomah yang berjudul “Studi Tentang *Successfull Aging* Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi. Penelitian tersebut bertujuan untuk memahami proses pembentukan *successful aging* dan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya *successful aging*, penelitian tersebut mengungkapkan bahwa terdapat beberapa proses pembentukan *successful aging* pada lansia selama berada di UPT, salah satunya yaitu penerimaan diri.

Seperti yang telah dikemukakan oleh Lawton (dalam Weiner, 2003) bahwa aspek-aspek dalam pembentukan *successfull aging* terdiri dari : *Functional well*, *Psychological well being*, *Self acceptance* dan *positive relationship with other*.

Keberhasilan lansia dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan mengarah pada tercapainya *successful aging*. Usaha untuk mewujudkan tercapainya *successful aging* ditempuh dengan mengupayakan tindakan untuk menjaga kesehatan fisik, pemenuhan kebutuhan psikologis lansia terutama dari keluarga yang hidup bersama lansia, serta kondisi sosial lansia. (Yuki dan Sartini, 2010).

Berdasarkan uraian pengertian dan kajian teori yang telah dipaparkan diatas, dapat dikatakan bahwa *successfull aging* adalah suatu proses psikologis yang untuk pencapaiannya memerlukan usaha dari individu.

Para lansia yang berada di usia lanjut dan menjalani masa pensiun dapat mencapai *successfull Aging* dari berbagai faktor dari dalam dirinya dan juga faktor eksternal seperti keluarga dan lingkungan. Pada dasarnya berapapun usia lansia bukan suatu hal penting yang perlu diperbincangkan namun justru efek dari usia dan keadaan tersebutlah yang memiliki peranan penting dalam kehidupan. Sehingga setiap lansia masih tetap merasakan kebahagiaan dimasa hidupnya dengan berbagai perubahan baik secara fisik, sosial dan kognitif serta fungsi psikologis.

Selanjutnya mengenai penyesuaian diri, penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan tingkah laku yang menyebabkan individu berusaha menanggulangi kebutuhan-kebutuhan, tegangan-tegangan, frustrasi-frustrasi dan konflik-konflik batin serta menyelaraskan tuntutan-

tuntutan batin ini dengan tuntutan-tuntutan yang dikenakan kepadanya oleh dunia dimana ia hidup (Semiun, 2006).

Pada jurnal yang berjudul “Hubungan Antara Harga Diri Dengan Pencapaian *Successfull Aging* Pada Lansia Wanita Di Desa Karang tengah” penelitiannya dilakukan oleh Raras Anggun, Atika Candra, Eva Rahayu, Made Sumarwati dari Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman.

Pada aspek keempat dalam *successfull aging* yaitu kontrol primer dan sekunder. Menurut Rothbaum et al., (1982) kontrol primer dilakukan dengan mengubah lingkungan sesuai keinginannya, sedangkan kontrol sekunder dilakukan dengan beradaptasi pada kondisi yang ada. Lansia yang memiliki harga diri yang tinggi akan mudah beradaptasi dengan keadaan yang terjadi di masa tuanya.

Pernyataan tersebut didukung oleh Louis dalam Halit (2014) yang menyebutkan bahwa Adanya penyesuaian diri (adaptasi) yang baik dapat meningkatkan pencapaian *successful aging* khususnya pada aspek kontrol primer dan sekunder.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa *successfull aging*, penyesuaian diri serta penerimaan diri memiliki keterkaitan. Perubahan-perubahan fisik, kognitif dan peran secara sosial tentu saja akan diikuti oleh perubahan psikologis pada setiap lansia, perubahan dalam berbagai bidang ini tentu saja menuntut penyesuaian baik

itu penyesuaian fisik, sosial dan finansial maupun psikologis. Dan tentunya diperlukan juga kemampuan penerimaan diri yang positif terhadap keadaan yang dimiliki saat berada di usia lanjut dan masa pensiun.

Successfull aging dan penyesuaian yang tepat yang positif akan meningkatkan penerimaan diri pada diri pensiunan, sehingga mereka dapat merasakan kebermaknaan hidupnya dan dapat terus mengoptimalkan diri dengan baik, karena dampak kebermaknaan hidup para lansia yang dapat dirasakan oleh orang lain adalah sebagian besar dari mereka akan merasa senang, peduli terhadap orang lain dan ikut terinspirasi.

E. Kerangka Berfikir

Alur pemikiran diatas, dapat diilustrasikan sebagai berikut :



Antara *successfull aging*, penyesuaian diri dan penerimaan diri kesemuanya tersebut saling berhubungan. Apabila *successfull aging* dan penyesuaian diri bernilai tinggi atau bersifat positif maka penerimaan diri

terhadap masa pensiun akan bernilai tinggi dan hal tersebut akan membuat para pensiunan mencapai integritas hidup serta menemukan kebermaknaan hidup pada usia lanjut di masa pensiun.

Mengenai hubungan antara *successful aging* dengan penyesuaian diri, terdapat aspek dalam *successful aging* yakni aspek *secondary control*, yang merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur keadaan mental, emosi dan motivasi. Karena menurut Haryadi, dkk (1998 : 106-107) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang positif dipengaruhi oleh kestabilan psikologis terutama kestabilan emosi, individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik ditandai oleh kestabilan emosi dalam perilakunya. Hal tersebut tercermin dalam memelihara tata hubungan dengan orang lain. Seperti yang dijelaskan oleh Warga (1983 : 11) bahwa karakteristik penyesuaian diri yang baik adalah ketika seorang individu mampu mengontrol emosi serta mampu mereaksi kondisi maupun peristiwa yang terjadi dengan emosi yang positif

Selain aspek *secondary control*, terdapat aspek *positive relationship with other* dalam *successful aging* yang memiliki hubungan dengan penyesuaian diri yang positif, *positive relationship with other* merupakan sikap yang ditandai dengan adanya hubungan hangat, empati yang kuat, saling percaya dan rasa afeksi yang kuat. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Haryadi, dkk (1998 : 106-107) bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang positif ditandai dengan

adanya rasa hormat pada sesama manusia (Respect for a man) dengan selalu tulus dalam menjalin hubungan dengan orang lain.

Selain aspek *secondary control* dan *positive relationship with other*, juga terdapat aspek dalam *successfull aging* yang berhubungan dengan *self acceptance* (penerimaan diri) yaitu *psychological well being* (kebahagiaan). Menurut Lawton (dalam Weiner, 2003 : 610). *Psychological well being* merupakan kondisi individu yang ditandai dengan adanya perasaan bahagia, mempunyai kepuasan hidup dan tidak ada gejala gejala depresi.

Psychological well being dalam *successfull aging* juga dipengaruhi oleh salah satu fungsi psikologis yang positif yaitu *self acceptance* (penerimaan diri), individu yang mempunyai tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui serta menerima aspek-aspek yang terdapat dalam dirinya, baik positif maupun negatif dan memiliki pandangan yang positif terhadap masa lalu. Seperti yang di ungkapkan oleh Berk (dalam Suadirman, 2011 : 181) mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi *successfull aging* yakni menerima perubahan yang membantu perkembangan kepuasan hidup.

Penerimaan diri sebagai variabel ketiga dalam penelitian ini memiliki hubungan dengan penyesuaian diri yang positif, seperti yang di ungkapkan oleh Haryadi, dkk (1998 : 106-107) bahwa individu yang memiliki perkembangan penyesuaian diri yang positif ditandai dengan adanya kemampuan menerima dan

memahami sebagaimana adanya keadaan, Individu dengan penyesuaian diri yang positif adalah individu yang mampu menghayati kepuasan terhadap keadaan dirinya sendiri disertai kesanggupan mengembangkan segenap bakat, potensi serta kemampuannya secara maksimal. Seperti yang dilakukan oleh para pensiunan anggota organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia (PWRI) kota Bandar Lampung yang mengembangkan segenap potensi melalui organisasi tersebut.

Seperti yang di ungkapkan oleh Hardy dan Heyes (1998, dalam Adhiwardani, 2002) individu yang menerima masa pensiun dapat merasa bahagia dan gembira karena memiliki waktu luang untuk mengerjakan segala sesuatu yang tidak dapat dilakukan dengan konsentrasi penuh, sebaliknya ada yang tidak dapat menerima keadaan pensiun dengan merasa cemas dan takut tidak berguna lagi di lingkungannya. Perasaan bahagia secara psikologis (Psychological well being) yang timbul karena penerimaan diri pada keadaan pensiun ini merupakan salah satu aspek dalam tercapainya *successfull aging*.

F. Hipotesis

Berdasarkan landasan teori yang telah diuraikan diatas, maka dalam penelitian ini diajukan hipotesis sebagai berikut: “Ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri dengan penerimaan diri pada para pensiunan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Berdasarkan judul penelitian, variabel dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Terikat : (Y) Penerimaan Diri
2. Variabel Bebas : (X1) Successfull Aging
(X2) Penyesuaian Diri

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Penerimaan Diri

Pada penelitian ini penerimaan diri akan diukur melalui skala yang mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Hurlock (1898) dan skala ini dimodifikasi oleh Nurlia Muslimah (2010).

Aspek-aspek tersebut terdiri dari : Bersikap positif dengan diri sendiri, bersikap positif dengan pengalaman masa lalu dan bersikap positif dalam berhubungan dengan orang lain. Aspek yang telah dikemukakan tersebut oleh peneliti akan dijadikan indikator dalam pembuatan aitem skala penerimaan diri.

2. *Successfull Aging*

Pengukuran *Successfull Aging* ini menggunakan skala dari teori yang dikemukakan oleh Gary T Reker (2009) yakni *successfull aging scale* yang

mencakup aspek Psychological well being, Functional well, Selection optimization, Compensation, Primary and secondary control. Skala ini dimodifikasi oleh Aji Darma Agus (2013).

3. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri ini akan diukur melalui skala yang mengacu pada teori serta aspek-aspek yang dikemukakan oleh Schneider (1964). Aspek ini terdiri dari :. Kontrol terhadap emosi, mekanisme pertahanan diri, frustrasi personal yang minimal, Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu, sikap realistis dan objektif. Aspek yang telah dikemukakan tersebut oleh peneliti akan dijadikan indikator dalam pembuatan aitem skala penyesuaian diri.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Salah satu cara yang diperlukan dalam melaksanakan penelitian adalah menentukan populasi dari penelitian yang akan dilakukan. Populasi di definisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenal generalisasi penelitian (Azwar, 2007). Populasi adalah keseluruhan individu yang hendak diselidiki minimal mempunyai satu sifat atau ciri yang sama dan untuk siapa kenyataan yang diperoleh akan digeneralisasikan.

Berdasarkan definisi di atas maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pensiunan anggota organisasi PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia)

Provinsi Lampung Ranting I Kedaton kota Bandar Lampung dengan jumlah anggota 80 orang. Pada penelitian ini mengambil 60 subyek dikarenakan ada beberapa anggota yang tidak menghadiri acara perkumpulan.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut Suharsimi Arikunto bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Lebih lanjut, Suharsimi Arikunto memberi acuan dalam menentukan jumlah sampel penelitian. Apabila subjek kurang dari 100, maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Metode pengambilan sampel untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik sampling jenuh dengan menjadikan semua anggota populasi sebagai sampel. Jenis penelitian ini merupakan penelitian populasi yang mengacu pada teori Suharsimi Arikunto, bahwa apabila subjek kurang dari 100 orang maka lebih baik di ambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Sampel dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 60 orang anggota pensiunan (PWRI) Persatuan Wredatama Republik Indonesia Kedaton kota Bandar Lampung

D. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Menurut Azwar (2007) bahwa metode skala dipilih karena beberapa karakteristik yang dimiliki skala sebagai alat ukur psikologi, yaitu :

- a. Stimulus berupa pertanyaan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.
- b. Skala psikologi berisi banyak item untuk mengungkap atribut psikologi yang dimaksud.
- c. Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah. Semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan secara jujur dan sungguh-sungguh, hanya saja jawaban yang berbeda akan diinterpretasikan berbeda pula.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga macam skala, yaitu : skala Penerimaan Diri, skala Penyesuaian Diri, skala *Successful Aging*. Ketiga skala tersebut disusun berdasarkan metode skala likert yang sudah dimodifikasi, terdiri dari empat alternatif, adapun tabelnya adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1
Skor dari alternatif likert modifikasi

Alternatif Jawaban	Favourable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Skala dalam penelitian ini terbagi dari empat bagian, yaitu : a. Bagian I berisikan identitas responden, b. Bagian II berisikan petunjuk pengisian dan butir-butir pernyataan mengenai Penerimaan Diri, c. Bagian III berisikan butir-butir pernyataan mengenai Penyesuaian Diri, d. Bagian IV berisikan butir-butir mengenai *Successfull Aging*.

1. Skala Penerimaan Diri

Untuk mengungkap Penerimaan Diri ini digunakan skala berdasarkan teori Ryff (1989), yaitu : (1) Bersikap positif dengan orang lain (2) Bersikap positif dengan masa lalu (3) Bersikap positif dalam berhubungan dengan orang lain.

Tabel 3.2

Blue Print Skala Penerimaan Diri

No	Aspek	No Item		Jumlah
		Favourable	Unfavorable	
1.	Bersikap positif pada diri sendiri	2,4,6,8,10,11,15,18,20,22	28,30,31,34,42,50,51,54,56,58	20
2.	Bersikap positif dengan masa lalu	1,3,5,9,23,24,29,33,36,39	7,26,35,37,40,43,45,46,48,53	20
3.	Bersikap positif dalam berhubungan dengan orang lain	13,16,21,25,27,32,38,41,52,59	12,14,17,19,44,47,49,57,60,55	20
Total		30	30	60

2. Skala Penyesuaian Diri

Untuk mengungkap Penyesuaian Diri ini digunakan skala berdasarkan teori (Schneider,1964), yaitu (1) Kontrol Terhadap Emosi; (2) Mekanisme Pertahanan Diri; (3) Frustrasi Personal Yang Minimal; (4) Pertimbangan Rasional Dan

Kemampuan Mengarahkan diri; (5) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu; (6) sikap realistis dan objektif.

Tabel 3.3
***Blue Print* Skala Penyesuaian Diri**

No	Aspek-Aspek	Deskriptor	No Item		Jumlah
			Aitem favourable	Aitem Unfavorable	
1.	Kontrol Terhadap Emosi	1. Mengontrol emosi dalam menghadapi permasalahan	1,14,17, 4,5	27,29,37, 19,30	10
2.	Mekanisme Pertahanan Diri	1. Mampu melakukan tindakan nyata pada penyelesaian masalah	3,6,16, 7,23,15	18,28,24,34	10
3.	Frustrasi Personal Yang Minimal	1. Mampu mengembalikan daya pikir menjadi positif 2. Mampu meminimalkan rasa frustrasi karena persoalan dengan serangkaian tindakan	11,26,41 10,36	45,56,58 43,48	10
4.	Pertimbangan rasional dan kemampuan	1. Mampu berfikir positif sehingga	20,32,50,54	53,40	

	mengarahkan diri	mampu menemukan jalan keluar pada setiap permasalahan 2. Mampu mengorganisasi pikiran, tingkah laku serta perasaan dengan baik	51,25	57,47	10
5.	Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu	1. Mampu menjadikan pengalaman diri sebagai proses belajar 2. Mampu menjadikan pengalaman orang lain sebagai motivasi	8,12,13,35 21,31	33,44,52 55,59	11
6.	Sikap realistis dan objektif	1. Mampu menilai secara rasional sehingga timbul sikap realistis dan objektif terhadap semua persoalan	2,9,22,38,34	46,49,60, 15	9
	Jumlah		30	30	60

3. Skala *Successfull Aging*

Untuk mengungkap *Successfull Aging* ini digunakan skala berdasarkan teori (Gary T Reker), yaitu: (1) *Functional well*; (2) *SOC (Selection, Optimization, Compensation)*, (3) *Primary and secondary control* (4) *Psychological well being*.

Tabel 3.4
Blue Print Skala Successfull Aging

No	Aspek	No item		Jumlah
		Favorable	Unfavourable	
1.	Functional well	7,8,15,31,34, ,42,47,48	27,40,44,46	12
2.	SOC (Selection,Optimization Compensation)	2,4,5,6,10,23, 25, 26,	1,22,30	11
3.	Primary and secondary control	3,9,12,13,32, 38,39,43,	11,29,41,45	12
4.	Psychological well being	14,16,17,18, 24,33,37	19,20,21,28,3 5,36,	13
TOTAL		31	17	48

E.Validitas Dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut Periantolo (2015) validitas merupakan syarat utama alat ukur yang baik. Validitas melihat sejauh mana alat ukur mampu mengungkap aspek yang hendak diungkap, validitas harus ditegakkan sejak awal penyusunan skala dan proses penyusunan skala yang benar mendukung validitas. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa validitas adalah suatu standar ukuran yang menunjukkan ketepatan dan kesahihan suatu instrumen.

2. Reliabilitas

Menurut Periantolo (2015) Reliabilitas merupakan syarat kedua alat ukur yang baik, reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur. Dapat disimpulkan bahwa Uji validitas digunakan untuk menguji kelayakan butir-butir pernyataan yang akan disajikan sesuai dengan kontrak dalam kuisisioner sedangkan uji reliabilitas digunakan untuk menguji konsistensi dalam menjawab kontrak yang akan diukur (Azwar 2016).

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan analisis regresi berganda melalui program SPSS versi 16,0 for windows. Analisis regresi berganda atau analisis regresi dua prediktor adalah suatu teknik statistik

parametrik yang digunakan untuk menguji pertautan dua prediktor (X_1 dan X_2) dengan variabel tergantung (Y). (Tulus 2015)

Pada penelitian ini X_1 yaitu variabel penyesuaian diri dan X_2 *Successfull Aging* dan variabel tergantung (Y) yaitu Penerimaan Diri.



BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A.Orientasi Kancan

1. Orientasi kancan

Penelitian dengan judul “ Hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri” mengambil lokasi yaitu di Organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia Provinsi Lampung (PWRI) Ranting I, yang berlokasi di jalan Landak no 1 Kedaton, Kota Bandar Lampung. Organisasi ini bernama Persatuan Wredatama Republik Indonesia disingkat menjadi (PWRI), didirikan pada tanggal 24 Juli 1961 di Yogyakarta untuk waktu yang ditentukan lamanya.

PWRI berdasarkan pancasila, adalah organisasi kemasyarakatan pensiunan sipil yang bersifat nasional, menunjung tinggi persatuan dan kesatuan, hak asasi manusia, mandiri, demokratis dan nirlaba bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup anggota wredatama dan keluarganya. Dalam menjalankan kegiatan mencapai tujuan dan perjuangan organisasi serta sebagai pedoman sikap perilaku bagi seluruh anggota, PWRI memiliki kode etik yaitu “PANCAUBAYA PWRI” kami warga Persatuan Wredatama Republik Indonesia :

1. Beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha esa.
2. Setia kepada negara kesatuan republik indonesia yang berdasarkan pancasila dan undang-undang dasar 1945.

3. Berbudi luhur, bijaksana, lapang dada, setia kawan, mengutamakan hidup sederhana dan mandiri.
4. Bersikap terbuka, bergotong royong, meningkatkan kesejahteraan sesama wredatama, dan bekerjasama dengan pihak lain atas dasar persamaan derajat.
5. Meningkatkan kualitas hidup, serta mengamalkan pengetahuan dan pengalaman bagi pembangunan negara dan bangsa.

a. Visi dan Misi dari Organisasi PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia) yaitu :

Visi : PWRI adalah organisasi skala nasional yang kuat dan mandiri sebagai wadah bagi seluruh wredatama, serta meningkatnya kesejahteraan anggota dan keluarga.

Misi :

1. Mempererat kesatuan, persatuan dan solidaritas wredatama agar memiliki moral yang kuat sebagai perekat alat pemersatu bangsa.
2. Meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup wredatama serta mendayagunakan pengalaman dan pengetahuannya.
3. Mengusahakan kesejahteraan yang layak bagi kehidupan wredatama oleh pemerintah, sebagai penghargaan atas pengabdianya kepada negara dan bangsa.
4. Meningkatkan keimanan dan ketakwaan serta kearifan menjadi panutan masyarakat.

5. Mendukung pembangunan bangsa dan negara.

b. Atribut Organisasi

Atribut PWRI berupa Lambang, Pataka, Bendera, Lencana, Pakaian seragam.

1. Lambang : bentuk lambang merupakan segi lima, dengan kata-kata “TATA TENTERAM KARTA RAHARJA”.
2. Pataka : adalah bendera berisi semboyan dan atau lambang sebagai tanda kedaulatan atau hak hukum dari PWRI, memakai warna dan lambang yang mempunyai arti tujuan organisasi.
3. Bendera : sebagai tanda kedaulatan terbuat dari sehelai kain berukuran tertentu memakai lambang PWRI yang mempunyai arti sesuai dengan pembuatan bendera tersebut.
4. Lencana : adalah suatu tanda dari logam, yang dipasang di dada sebelah kiri sebagai tanda pemakainya adalah anggota yang terhimpun dalam PWRI.
5. Pakaian seragam : pakaian seragam batik pwri disahkan dengan keputusan musyawarah Nasional PWRI. Hak cipta seragam batik PWRI berdasarkan surat pendaftaran ciptaan nomor 064362 tanggal 12 agustus2013 dari direktorat jenderal hak kekayaan intelektual, kementerian hukum dan hak asasi manusia.

c. Keanggotaan dan Pengurus Anggota PWRI

1. Pensiunan Pegawai Negeri Sipil/Aparatur Sipil Negara Pusat Dan Daerah.
2. Pensiunan Karyawan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) Dan Badan Usaha Milik Daerah (BUMD).
3. Pensiunan Pejabat Negara.
4. Mantan Kepala Dan Perangkat Desa.

d. Pengurus organisasi PWRI

1. Pengurus Besar Pwri, Merupakan Pimpinan Organisasi Tingkat Nasional.
2. Pengurus Pwri Provinsi, Merupakan Pimpinan Organisasi Tingkat Provinsi.
3. Pengurus Pwri Kabupaten/Kota, Merupakan Pimpinan Organisasi Tingkat Kabupaten Atau Kota.
4. Pengurus Pwri Kecamatan, Merupakan Pimpinan Organisasi Tingkat Kecamatan.
5. Pengurus Pwri Desa/Kelurahan, Merupakan Pimpinan Organisasi Tingkat Desa Atau Kelurahan Sebagai Pelaksana Tugas PWRI Kecamatan.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian ini dimulai dengan mencari informasi terlebih dahulu mengenai organisasi PWRI di daerah Seputih Mataram Lampung Tengah, karena daerah tersebut merupakan tujuan utama dilaksanakannya penelitian ini. Namun organisasi yang dituju untuk proses penelitian ternyata sudah tidak lagi berjalan dikarenakan beberapa permasalahan. Kemudian peneliti melakukan wawancara dengan beberapa anggota PWRI di Seputih Mataram guna melihat dan mengetahui permasalahan apa saja yang di alami para pensiunan dan hambatan hambatan apa saja yang dirasakan saat menjalani masa pensiun.

Selanjutnya peneliti mendapatkan informasi mengenai organisasi PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia) provinsi Lampung Ranting I Kedaton , yang berlokasi di Jalan Landak no I Kedaton, kota Bandar Lampung. Kemudian peneliti meninjau lokasi penelitian dan kemudian melakukan dialog dengan beberapa pengurus organisasi PWRI diantaranya ialah : Bapak H. Lukman Hakim S.H, MM (Ketua organisasi PWRI provinsi Lampung), Bapak Iwan Safri (sekretaris organisasi PWRI provinsi) , dan beberapa pengurus Kerta Wredatama (Kerukunan Wanita Wredatama) Provinsi Lampung. Dengan tujuan memberikan penjelasan mengenai tujuan serta proses dan pelaksanaan penelitian di organisasi tersebut.

Setelah mendapat persetujuan dari beberapa pengurus organisasi, peneliti kemudian memproses surat permohonan izin melakukan penelitian di organisasi PWRI (Persatuan Wredatama Republik Indonesia) provinsi Lampung Ranting I

Kedaton. Izin permohonan ini akan ditujukan pada sekretariat PWRI Provinsi Lampung dan harus melalui izin dari Fakultas Ushuluddin dengan membawa surat pengantar dari fakultas Ushuluddin yaitu B.053/UN.16/DU/PP.00.9/11/2018.

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Pengumpulan Data

Sebelum skala dikenakan kepada subjek penelitian. Skala *Successfull aging*, skala penyesuaian diri dan skala penerimaan diri terlebih dahulu dikonsultasikan kepada dosen pembimbing setelah melalui beberapa kali revisi. Selanjutnya skala diperiksa oleh ketua organisasi PWRI Provinsi Lampung bapak H.Lukman Hakim., SH, MM. Skala *successfull Aging*, skala penyesuaian diri, skala penerimaan diri diberikan kepada 60 anggota PWRI yang berusia antara 61-72 tahun yang memiliki latar belakang pekerjaan sebelumnya yaitu sebagai guru, dinas sosial, dinas pendidikan, kementerian dalam negeri dan lain sebagainya. Pelaksanaan penelitian pada tanggal 21 November 2018 pukul 10.00-13.00 WIB di gedung pertemuan PWRI Provinsi Lampung jalan Landak no 1 Kedaton kota Bandar Lampung.

Pada pemberian skala ini peneliti juga melakukan pembukaan dengan masuk di dalam acara pertemuan tersebut guna memberikan petunjuk mengenai pengisian skala untuk para anggota PWRI. Agar situasi pengisian skala dapat berjalan kondusif, para responden yang merupakan para pensiunan yang

merupakan lanjut usia berusia antara 61-72 tahun diberikan konsumsi serta alat tulis dalam proses ini peneliti mengkondisikan situasi pengisian dengan mengawasi proses berjalannya penelitian. Pada proses penelitian ini peneliti juga dibantu oleh Nurhayati dan Nurhani Putri Utami, karena ada beberapa responden yang memerlukan bantuan dalam pembacaan skala dan penjelasan dalam skala.

Setelah data terkumpul kemudian dibuat skoring untuk setiap skala berdasarkan jumlah responden untuk kemudian di analisis guna mengetahui validitas masing-masing aitem. Kemudian dilanjutkan dengan dilakukannya beberapa analisis dalam uji asumsi, uji normalitas, uji hipotesis, analisis deskriptif. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan try out terpakai dikarenakan keadaan dari subjek yang merupakan para lanjut usia, tidak memungkinkan akan diberikan skala sebanyak dua kali, dan subjek yang dijadikan dalam uji coba skala juga dijadikan subjek penelitian.

2. Pelaksanaan Skoring

Pelaksanaan skoring dilakukan saat semua data telah terkumpul, peneliti melaksanakan skoring atau penilaian yang terdapat pada alternatif jawaban yang terdapat pada skala. Penilaian pada setiap skala terdapat empat alternatif jawaban pilihan yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Penilaian tersebut menggunakan nilai yang bertingkat dari empat alternatif jawaban yang terdapat pada skala, pada setiap aitem terdapat pernyataannya yang berbeda, yaitu pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Pernyataan yang tergolong *favorable* diberikan nilai yang bergerak dari 4-1 dari alternatif jawaban, sebaliknya pernyataan yang tergolong *unfavorable* maka nilai yang diberikan mulai dari 1-4 dari alternatif jawaban. Sesudah peneliti melakukan skoring pada semua subjek, setelah itu peneliti memasukkan data skoring tersebut dalam bentuk tabulasi data yang selanjutnya akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas, uji asumsi dan juga uji hipotesis.

C. Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan di organisasi Persatuan Wredatama Republik Indonesia tepatnya pada gedung pertemuan di jalan landak no I, Kedaton kota Bandar Lampung, yang melibatkan 60 subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan try out terpakai dikarenakan jumlah subjek dan kondisi dari subjek yang merupakan para lanjut usia, tidak memungkinkan akan diberikan skala sebanyak dua kali. Pada proses penelitian ini sampel yang diperoleh adalah 60 orang anggota PWRI yang sedang melaksanakan pertemuan bulanan.

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala penerimaan diri, skala *successfull aging* dan skala penyesuaian diri. Skala penerimaan diri terdiri dari 60 aitem dimodifikasi dari penelitian (Nurlia Muslimah, 2010), skala *successfull aging* 48 aitem adalah skala yang dimodifikasi dari penelitian (Aji Darma Agus, 2013) dan skala penyesuaian diri terdiri dari 60 aitem adalah skala yang disusun oleh peneliti.

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas Instrumen Skala Penerimaan Diri

Uji validitas aitem menunjukkan dari banyaknya aitem skala yang gugur yaitu 24 aitem. Dan aitem yang valid di antaranya ialah : 3, 4, 5, 7, 10, 12, 13, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 28, 29, 34, 36, 40, 41, 42, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60. Dari aitem dengan jumlah 60 menjadi 36 aitem, dengan melihat *blue print* dan *item corrected correlation* yang dibawah 0.30. Uji Validitas aitem skala penerimaan diri dijelaskan pada tabel berikut :

Tabel 4.1
Uji Validitas Skala Penerimaan Diri

No	Indikator	Jumlah Butir			Koefisien Validitas Butir
		Semula	Gugur	Dipakai	
1.	Bersikap positif pada diri sendiri	20	8	12	0,309-0,840
2.	Bersikap positif dengan masa lalu	20	8	12	0,304-0,870
3.	Bersikap positif dalam berhubungan dengan orang lain	20	8	12	0,310-0,830
	TOTAL	60	24	36	0,304-0,870

Berdasarkan tabel uji validitas skala penerimaan diri diatas, terdapat 24 aitem dinyatakan gugur dari total 60 yang ada, sehingga dapat diketahui bahwa 36 aitem lainnya valid. Koefisien korelasi aitem total (*corrected item-total correlation*) yang diperoleh bernilai dari 0,304 sampai 0,870.

b. Uji Validitas Instrumen Skala *successfull aging*

Kemudian untuk skala *successfull aging* pada para pensiunan, uji validitas aitem menunjukkan dari banyaknya aitem skala yang gugur yaitu 15 aitem. Dan aitem yang valid di antaranya ialah : 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34,36,37, 38, 39, 40, 41, 44, 45, 46. Dari aitem dengan jumlah 48 menjadi 33 aitem, dengan melihat *blue print* dan *item corrected correlation* yang dibawah 0.30

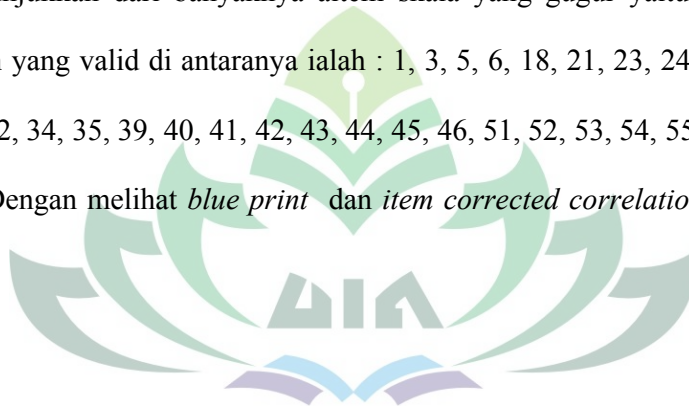
Tabel 4.2
Uji Validitas Skala *Successfull aging*

No	Indikator	Jumlah butir			Koefisien Validitas Butir
		Semula	Gugur	Dipakai	
1.	Functional well	12	5	7	0,335-0,828
2.	SOC (Selection, Optimization Compensation)	11	1	10	0,385-0,662
3.	Primary and secondary control	12	3	9	0,322-0,664
4.	Psychological well being	13	6	7	0,309-0,828
	TOTAL	48	15	33	0,309-0,828

Berdasarkan tabel analisis butiran terhadap skala *successful aging* pada tabel 6, terdapat 15 aitem gugur dari total 48 dan terdapat 33 aitem valid. Sebaran koefisien korelasi aitem-total (corrected item-total correlation) aitem skala *successful aging* bergerak dari 0,309-0,828.

c. Uji Validitas Instrumen Skala Penyesuaian Diri

Hasil uji validitas untuk skala penyesuaian diri uji validitas aitem menunjukkan dari banyaknya aitem skala yang gugur yaitu 25 aitem. Dan aitem yang valid di antaranya ialah : 1, 3, 5, 6, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30, 32, 34, 35, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60. Dengan melihat *blue print* dan *item corrected correlation* yang dibawah 0.30



Tabel 4.3
Uji Validitas Skala Penyesuaian Diri

No	Indikator	Jumlah butir			Koefisien Validitas Butir
		Semula	Gugur	Dipakai	
1.	Mengontrol emosi dalam menghadapi permasalahan	10	5	5	0,360-0,606
2.	Mampu melakukan serangkaian tindakan nyata pada penyelesaian masalah	10	5	5	0,354-0,661
3.	Mampu mengembalikan daya fikir menjadi positif	10	4	6	0,398-0,673
4.	Mampu berfikir positif sehingga menemukan jalan keluar pada setiap permasalahan	10	3	7	0,362-0,801
5.	Mampu menjadikan pengalaman diri sebagai proses belajar	7	3	4	0,424-0,565
	Mampu menjadikan pengalaman orang lain sebagai motivasi	4	1	3	0,536-0,674
6.	Mampu menilai secara rasional sehingga timbul sikap realistis dan objektif terhadap semua persoalan	9	5	4	0,424-0,661
	TOTAL	60	26	34	0,354-0,801

Berdasarkan tabel analisis butiran terhadap skala penerimaan diri pada tabel , terdapat 26 aitem gugur dari total 60 dan terdapat 34 aitem valid.

2. Uji Reliabilitas Skala

Berdasarkan hasil analisis data dengan bantuan aplikasi SPSS diperoleh nilai koefisien reliabilitas alpha (cronbach's alpha) pada skala penerimaan diri sebesar 0,883, sedangkan koefisien reliabilitas alpha (cronbach's alpha) pada skala *successfull aging* sebesar 0,902 dan pada skala penyesuaian diri sebesar 0,866. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketiga skala yang digunakan sebagai alat ukur reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian karena menurut Prayitno (2010), koefisien reliabilitas skala dapat diterima jika memiliki nilai 0,7 dan dikatakan sangat baik jika memiliki nilai 0,8

a. Skala Penerimaan Diri

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas, kemudian diperoleh koefisien *Alpha Cronbach* dengan nilai 0,883 dengan aitem 36.

b. Skala *Successfull Aging*

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas, kemudian diperoleh koefisien *Alpha Cronbach* dengan nilai 0,902 dengan aitem 33

c. Skala Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas, kemudian diperoleh koefisien *Alpha Cronbach* dengan nilai 0,886 dengan aitem 34

3. Deskripsi Data

Data dari penelitian yang sudah didapatkan yang kemudian di analisis setelah itu, dari hasil tersebut diperoleh deskripsi data yang dapat dijabarkan terkait dengan nilai minimum, maksimum, mean, standar deviasi, data empirik dan penghitungan skor hipotetik dari ketiga skala yang dijelaskan dari tabel dibawah

Tabel 4.4
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Aitem	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		Min	Maks	M	SD	Min	Maks	μ	O
Penerimaan Diri	36	108	137	115.70	6.037	36	144	118,8	138
Successfull Aging	33	97	129	102.85	6.348	33	132	108,9	126,5
Penyesuaian Diri	34	98	127	105.45	6.821	34	136	112,2	130,3

Keterangan Skor Hipotetik :

1. Skor minimal (Xmin) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.

3. Rata-rata hipotetik (μ) dengan rumus $= \text{jumlah aitem} \times \text{skor tengah}$.
4. Standar deviasi (σ) hipotetik adalah : $= (\text{Skor maks} - \text{skor min}) : 6$

Sesuai dari deskripsi data penelitian, kemudian dilakukan pengkategorisasian skor pada ketiga variabel penelitian yang didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik.

Tabel 4.5
Kategorisasi Nilai Variabel Penerimaan Diri

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$108 \leq X$	60	100 %
Sedang	$72 \leq X \leq 108$	0	0
Rendah	$X < 72$	0	0
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor diatas dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada pensiunan, mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori tinggi (100 % dari 60 subjek penelitian). Kategorisasi untuk skala *successfull aging* pada pensiunan dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.6
Kategorisasi Nilai Variabel *Successfull Aging*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$99 \leq X$	52	86,67 %
Sedang	$66 \leq X \leq 99$	8	13,33 %
Rendah	$X < 66$	0	0
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor diatas dapat disimpulkan bahwa *successfull aging*, mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori tinggi (52 % dari 60 subjek penelitian). Kategorisasi untuk skala penyesuaian diri pada pensiunan dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.7
Kategorisasi Nilai Variabel Penyesuaian Diri

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$102 \leq X$	49	81,66 %
Sedang	$68 \leq X \leq 102$	11	18,33 %
Rendah	$X < 68$	0	0
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan kategorisasi skor diatas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri pada para pensiunan, mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori tinggi (49 % dari 60 subjek penelitian).

4. Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah uji asumsi yaitu meliputi : uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan. Uji asumsi ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 16.0 For Windows.

a. Uji Asumsi

1. Uji normalitas

Uji normalitas ini dilakukan peneliti untuk mengetahui penyebaran variabel normal atau tidak yang dilakukan dengan teknik *One Sample Kolmogrov-Smirnov Test*. Hasil analisis uji normalitas diperoleh hasil sebaran skor penerimaan diri K-S $Z = 1,339$ dan $p = 0,089$, skor *successfull aging* K-S $Z = 1,885$ dan $p = 0,062$, skor penyesuaian diri K-S $Z = 2,159$ dan $p = 0,072$ dari ketiga variabel menunjukkan bahwa $p > 0,05$. Hasil dari analisis tersebut dapat di asumsikan bahwa skor variabel penerimaan diri, *successfull aging* dan penyesuaian diri berdistribusi normal.

Tabel 4.8
Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Penerimaandiri	successfullagi ng	penyesuaiandiri
N		56	56	56
Normal Parameters ^a	Mean	114.91	102.20	104.54
	Std. Deviation	5.053	5.189	5.540
	Most Extreme Differences			
	Absolute	.179	.252	.289
	Positive	.179	.252	.289
	Negative	-.086	-.158	-.190
Kolmogorov-Smirnov Z		1.339	1.885	2.159
Asymp. Sig. (2-tailed)		0.089	0.062	0.072

2. Uji Linieritas

Uji linieritas hubungan bertujuan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung. Berikut adalah hasil linieritas antara *successfull aging* dan penerimaan diri.

Tabel 4.9
Uji Linieritas *successfull aging* dan penerimaan diri

ANOVA Table					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
penerimaandiri * successfullagi ng					
Between Groups	775.687	12	64.641	4.420	.000
Linearity	586.553	1	586.553	40.107	.000
Deviation from Linearity	189.134	11	17.194	1.176	.332
Within Groups	628.867	43	14.625		
Total	1404.554	55			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
penerimaandiri * successfullaging	.646	.418	.743	.552

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas diperoleh diperoleh nilai F untuk *deviation from linearity* = 1,176 dengan $p = 0,332$ dan $p > 0,05$ berarti hubungan antara kedua variabel tersebut linier.

Kemudian untuk uji linieritas antara penerimaan diri dan penyesuaian diri dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.10
Uji Linieritas Penyesuaian Diri Dan Penerimaan Diri

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
penerimaandiri * penyesuaiandiri	Between Groups	(Combined)	842.542	14	60.182	4.390	.000
		Linearity	565.131	1	565.131	41.228	.000
		Deviation from Linearity	277.411	13	21.339	1.557	.139
	Within Groups		562.012	41	13.708		
	Total		1404.554	55			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
penerimaandiri * penyesuaiandiri	.634	.402	.775	.600

Berdasarkan hasil uji linieritas tersebut, diperoleh nilai F untuk *deviation from linierity* = 1,557 dengan $p = 0,139$ dan $p > 0,05$ maka dapat dikatakan berarti kedua variabel tersebut linier.

3. Uji Hipotesis

Langkah selanjutnya setelah dilakukan uji asumsi adalah melakukan uji hipotesis. Untuk menguji hipotesis digunakan analisis data dengan analisis regresi berganda. Perhitungan data dilakukan dengan menggunakan program SPSS 16.0 For Windows. Setelah dilakukan analisis, adapun hasilnya yaitu :



Tabel 4.11
Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.679 ^a	.461	.441	3.778	.461	22.690	2	53	.000	1.703

a. Predictors: (Constant), penyesuaian diri, kesuksesan lagging

b. Dependent Variable: penerima mandiri

Tabel 4.12
Correlations

		Penerimaandiri	Successfullaging	Penyesuaandiri
Pearson Correlation	Penerimaandiri	1.000	.646	.634
	Successfullaging	.646	1.000	.779
	Penyesuaandiri	.634	.779	1.000
Sig. (1-tailed)	Penerimaandiri	.	.000	.000
	Successfullaging	.000	.	.000
	Penyesuaandiri	.000	.000	.
N	Penerimaandiri	56	56	56
	Successfullaging	56	56	56
	Penyesuaandiri	56	56	56

Berdasarkan tabel diperoleh hasil sebagai berikut :

- 1) $R_{x1.2-y} = 0,679$ dengan $p = 0,000$ yang berarti hipotesis diterima yaitu ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri pada pensiunan. Sehingga hipotesis mayor diterima.

Berdasarkan tabel diperoleh hasil sebagai berikut :

- 1) $r_{x1y} = 0,646$ dengan $p = 0,000$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara *successfull aging* dan penerimaan diri. Sehingga hipotesis minor 1 diterima.
- 2) $r_{x2y} = 0,634$ dengan $p = 0,000$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan penerimaan diri.

Berdasarkan hasil analisis data di atas, berarti hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri usia lanjut dengan penerimaan diri pada pensiunan. Sehingga hipotesis minor 2 diterima.

Pada hipotesis pertama, terdapat hubungan antara *successfull aging*, dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri. Kemudian hipotesis kedua, terdapat hubungan antara *successfull aging* dengan penerimaan diri dan pada hipotesis ketiga terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan penerimaan diri.

D. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diketahui hasilnya bahwa ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri pada masa pensiun. Hal ini dapat ditunjukkan dengan hasil nilai koefisien korelasi (R) = 0,679 dan F hitung = 22,690 dengan $p = 0,000$ hal ini berarti bahwa variabel *successfull aging* dan penyesuaian diri dapat dijadikan variabel bebas (prediktor) untuk memprediksi ataupun mengukur penerimaan diri. Karena salah satu komponen kebahagiaan dan kesuksesan bagi individu lanjut usia adalah penerimaan diri. (dalam Endah dan Sartini.2002).

Pada penelitian ini juga menghasilkan data yang membuktikan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *successfull aging* dan penerimaan diri, hasil ini ditunjukkan dengan nilai r_{xy} 0,646 dengan $p = 0,000$

Adanya hubungan diantara kedua variabel ini, yaitu *successfull aging* dan penerimaan diri menunjukkan bahwa semakin tinggi *successfull aging* maka penerimaan diri akan semakin tinggi. Sumbangan efektif dari *successfull aging* usia lanjut pada pensiunan adalah ($Beta \times Zero-Order : 0,469 \times 0,710 = 0,3329 \times 100 = 33,29 \%$)

Successfull aging bisa di artikan sebagai kondisi fungsional lansia berada pada kondisi maksimum atau optimal, sehingga memungkinkan mereka bisa menikmati masa tuanya dengan penuh makna, membahagiakan, berguna dan berkualitas. *Successfull aging* pada pensiunan yang telah dijelaskan diatas memberikan mampu memberikan kontribusi yang besar pada penerimaan diri para pensiunan anggota PWRI. Seperti yang di ungkapkan Hurlock (2004) ada beberapa faktor yang menyebabkan seorang lansia berada pada kondisi maksimum atau optimal di masa tuanya, yakni : Kemampuan menyesuaikan diri dan menerima segala perubahan dan kemunduran yang di alami.

Penerimaan diri merupakan suatu tingkatan kesadaran individu tentang karakteristik pribadinya dan adanya kemauan untuk hidup dengan keadaan tersebut (Pannes dalam Hurlock, 1973). Individu dengan penerimaan diri merasa bahwa karakteristik tertentu yang dimiliki adalah bagian diri yang tidak

terpisahkan, yang selanjutnya dihayati sebagai anugerah. Segala apa yang ada pada dirinya dirasakan sebagai sesuatu yang menyenangkan, sehingga individu tersebut memiliki keinginan untuk terus dapat menikmati kehidupan sehingga menyebabkan seorang lanjut usia khususnya para pensiunan berada pada kondisi maksimum atau optimal.

Selain dari *successfull aging*, ada penyesuaian diri yang mempunyai kontribusi dalam meningkatkan nilai penerimaan diri usia lanjut pada pensiunan. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamika yang bertujuan untuk merubah perilaku dalam membentuk hubungan yang lebih sesuai atau menyenangkan antara dirinya dengan lingkungan (Fahmy , 2004). Apabila individu lanjut usia mampu mengisi masa pensiunnya dan dapat menyesuaikan diri dengan baik, maka akan berdampak positif terhadap kelangsungan kehidupan masa pensiun. Berdasarkan hasil penelitian juga membuktikan ada hubungan antara penyesuaian diri dengan penerimaan diri, yang terlihat dari nilai $r_{xy} = 0,634$ dengan $p = 0,000$. Adanya hubungan antara penyesuaian diri dengan penerimaan diri pada pensiunan menunjukkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi penerimaan diri. Sumbangan efektif atau peranan yang diberikan dari konsep diri adalah (*Beta x Zero-Order : $0,292 \times 0,680 = 0,1985 \times 100 = 19,85 \%$*)

Penyesuaian diri ini seringkali dimengerti sebagai kemampuan individu untuk menyamakan diri dengan harapan kelompok, sebagai mengatur kembali ritme hidup atau jadwal harian, dan sebagai suatu pembelajaran hidup dengan

sesuatu yang tidak dapat diubah (Siswanto, 2007). Menurut Siswanto (2007), istilah penyesuaian diri dalam bahasa Inggris memiliki dua kata yang berbeda maknanya, yaitu adaptasi (*adaptation*) dan penyesuaian (*adjustment*). Kedua istilah tersebut sama-sama mengacu pada pengertian mengenai penyesuaian diri, tetapi memiliki perbedaan yang mendasar.

Adaptasi memiliki pengertian individu melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan yang menekankan pada perubahan yang individu lakukan terhadap dirinya agar tetap bisa sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian dipahami sebagai mengubah lingkungan agar menjadi lebih sesuai dengan diri individu, pengertian ini menekankan pada perubahan lingkungan yang dilakukan oleh individu sehingga tetap sesuai dengan dirinya. Penyesuaian yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi penyesuaian diri lanjut usia baik dalam pengertian *adaptation* maupun *adjustment*.

Seperti menurut Havighurst & Duvall (dalam Hardywinoto, 1991) menguraikan beberapa tugas perkembangan (*developmental tasks*) di antaranya ialah penyesuaian terhadap penurunan fisik dan psikis, penyesuaian terhadap masa pensiun dan penurunan pendapatan dan menerima dirinya sebagai seorang lanjut usia. Hal tersebut sangat berkaitan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan penerimaan diri usia lanjut pada para pensiunan dan dapat disimpulkan

bahwasannya para pensiunan tersebut telah melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik.

Terwujudnya *successfull aging* yang tinggi juga dipengaruhi oleh oleh salah satu fungsi psikologis yang positif yaitu *self acceptance* (penerimaan diri), individu yang mempunyai tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengetahui serta menerima aspek-aspek yang terdapat dalam dirinya, baik positif maupun negatif dan memiliki pandangan yang positif terhadap masa lalu. Seperti yang di ungkapkan oleh Berk (dalam Suadirman, 2011 : 181) mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian *successfull aging* yakni menerima perubahan yang membantu perkembangan kepuasan hidup.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wafiqotul Khusniyah, Iin Erwina, Istiqomah yang berjudul “Studi Tentang *Successfull Aging* Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi. Penelitian tersebut bertujuan untuk memahami proses pembentukan *successful aging* dan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya *successful aging*, penelitian tersebut mengungkapkan bahwa terdapat beberapa proses pembentukan *successful aging* pada lansia selama berada di UPT, salah satunya yaitu penerimaan diri.

Berdasarkan hasil analisis ketiga variabel dan diketahui jumlah sumbangan efektif masing-masing variabel bebas terhadap variabel tergantung yaitu variabel

successfull aging pada para pensiunan memberikan sumbangan efektif sebesar 33,29 % dan penyesuaian diri memberikan sumbangan efektif sebesar 19,85 % yang berarti ada 53,14 % kontribusi yang diberikan kedua variabel tersebut kepada variabel penerimaan diri. Selebihnya, ada 46,86 % disebabkan oleh faktor-faktor lain tersebut misalnya yaitu : usia, latar belakang pendidikan, dan dukungan sosial. Seperti yang di ungkapkan oleh Kurniawan (2013) dimana kemampuan penerimaan diri yang dimiliki seseorang berbeda-beda tingkatannya sebab kemampuan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia, latar belakang pendidikan dukungan sosial serta dukungan emosional..

Bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dan penerimaan diri bagi individu lanjut usia, dimana dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Setiap dukungan memberikan pengaruh atau manfaat bagi individu yang menerimanya. Dukungan emosional berkaitan dengan salah satu faktor yang mempengaruhi penerimaan diri yaitu dengan tidak adanya gangguan emosional di dalam lingkungan dan dukungan emosional yang diberikan keluarga membuat individu dapat lebih baik dan lebih bahagia.

Untuk penelitian selanjutnya mampu mengembangkan kembali penelitian mengenai penerimaan diri usia lanjut pada pensiunan dengan faktor-faktor lain

yang mempengaruhi penerimaan diri sesuai dengan faktor yang disebutkan pada paragraf di atas.



BAB V

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diuraikan diatas, maka dapat di ambil kesimpulan dari penelitian ini, yaitu :

1. Ada hubungan antara *successfull aging* dan penyesuaian diri lanjut usia dengan penerimaan diri dengan nilai koefisien korelasi (R) = 0,679 dan F hitung = 22.690 dengan $p = 0,000$ yang berarti bahwa kedua variabel bebas dapat dijadikan sebagai variabel bebas untuk memprediksi penerimaan diri pada pensiunan. Kedua variabel bebas memberikan sumbangan efektif 53,14 % secara keseluruhan.
2. Ada hubungan yang signifikan antara *successfull aging* dan penerimaan diri dengan hasil diperoleh nilai $r_{xy} = 0,646$ dengan $p = 0,000$ yang berarti. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *successfull aging*, maka semakin tinggi penerimaan diri dalam menjalankan masa pensiun. Sumbangan efektif dari *successfull aging* adalah 33,29 %.
3. Ada hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan penerimaan diri dengan hasil diperoleh nilai $r_{xy} = 0,634$ dengan $p = 0,000$ yang berarti. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penyesuaian diri maka semakin tinggi penerimaan diri pada pensiunan dalam menjalankan masa pensiun. Sumbangan efektif atau peranan yang diberikan dari penyesuaian diri adalah 19,85%.

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dan kesimpulan yang telah dipaparkan diatas, maka penulis memberikan sumbangan saran kepada pihak-pihak terkait untuk dipertahankan.

1. Bagi PWRI

Peneliti menyarankan bagi organisasi PWRI diharapkan untuk tetap aktif dalam membina para lanjut usia yang menjadi anggotanya, selain itu juga lebih banyak dalam meningkatkan adanya kegiatan bagi para anggotanya terutama kegiatan dalam bidang keagamaan atau kerohanian, kesehatan dan kegiatan penyuluhan mengenai strategi dalam menghadapi masa pensiun serta pelatihan yang diadakan secara rutin. Agar para anggota PWRI dapat meningkatkan penyesuaian dirinya selama pensiun dan menerima berbagai perubahan yang terjadi dengan lapang dada dan penuh rasa syukur terhadap datangnya masa pensiun, dengan tetap aktif mengikuti berbagai kegiatan sosial agar tetap terjaga komunikasinya dengan lingkungan sekitar, lebih mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa menurut keyakinan masing-masing serta menyalurkan hobi yang dimiliki untuk mengisi waktu luang di masa pensiun.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat memperhatikan variabel yang mungkin berimplikasi dengan permasalahan tersebut misalnya faktor dukungan sosial keluarga.



DAFTAR PUSTAKA

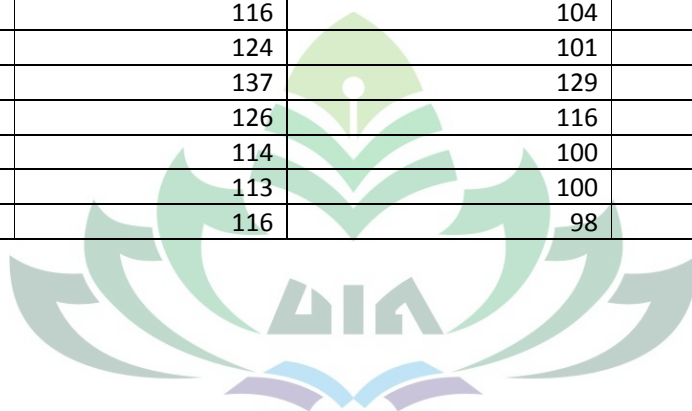
- Azwar. (2007). *Metode Penelitian*. Jakarta : Pustaka Pelajar
- Azizah, L.M,. (2010). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bradley J fisher. (1995). *Successfull aging, life satisfaction, generativity in later life*
- Chaplin, J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Hal 250.
- Dariyo Agoes. (2007). *Psikologi perkembangan anak usia tiga tahun pertama*. Jakarta : PT Refika Aditama. Hal: 205.
- Desmita, R. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Dorris. (2003). *Succesfull and active aging,the journal on active aging*.
Diakses 18/02/2018
- Endah,Sartini. (2002). *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi*. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.
- Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Hamidah, Aryani. (2012). *Studi Eksplorasi Successfull Aging Melalui Dukungan Sosial Bagi Lansia di Indonesia Dan Malaysia*. Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Hardywinoto & Setiabudhi, T. (1999). *Panduan Gerontologi Menjaga Keseimbangan Kualitas Hidup Para Lanjut Usia*. Jakarta: PT. Mekar Saudara Jaya.
- Hawari, Dadang. (2007). *Sejahtera di Usia Senja Dimensi Psikoreligi pada Lanjut Usia (Lansia)*. Jakarta: FKUI. Gramedia Pustaka Utama. Diakses 18/02/2018
- Hurlock. B.(2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga
- Hurlock, Elizabeth B, (1993). *Psikologi Perkembangan Anak Jilid 1*, Jakarta: Erlangga.

- Kaplan, H.I., and Sadock, B.J. (1995). *Comprehensive Textbook Of Psychiatry. Philadelphia: Williams Wilkins*. Diakses 01 februari 2018.
- Maulia, Dyah, (2013). *Penelitian Tentang Successfull aging (Studi tentang lanjut usia yang anak dan keluarganya tinggal bersama, Purwokerto, Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- MO Ulina, (2013). *Hubungan Religiusitas Dengan Penerimaan Diri Pada Masyarakat Miskin, Depok Jawa Barat. Universitas Gunadarma*.
- M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, Jakarta : Lentera Hati,(2002). Vol.6.h. 481-483.
- Nuhriawangsa, I., Sudiyanto, A. (2008). *Psikiatri Geriatri. Makalah Seminar. tidak diterbitkan. Surakarta: Fakultas Kedokteran UNS*.
- Periantolo, (2015) . *Penyusunan Skala Psikologi asik,mudah & bermanfaat. Yogyakarta : Pustaka Pelajar*.
- Santrock. John. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta. Erlangga.
- Sari, Endah Puspita. (2002). *Penerimaan Diri Pada Lanjut Usia Ditinjau Dari Kematangan Emosi.Jurnal Psikologi*.Nomor 2. Halaman 73-88.
- Sumanto. (2013). *Psikologi Perkembangan Fungsi Dan Teori*. Yogyakarta : Caps Publishing. Surat Kabar Harian Kompas pada tanggal 20 Oktober 2013.
- Syamsu, Juntika. (2008). *Teori Kepribadian*. Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Tulus. (2015). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi Dan Pendidikan*. Malang : UMM Press
- Wafiqotul, Iin, Istiqomah (2010). *Studi Tentang Successfull aging Pada Lansia di UPT Pelayanan sosial lanjut usia Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi*. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Yuki, Sartini, (2010). *Dinamika Psikologis Pencapaian Successfull aging pada lansia yang mengikuti program yandu lansia*. Purwokerto, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Data Variabel Penelitian

No	Penerimaan Diri	Successfull Aging	Penyesuaian Diri
1.	117	107	107
2.	119	104	111
3.	117	108	108
4.	116	104	118
5.	124	101	103
6.	137	129	127
7.	126	116	125
8.	114	100	103
9.	113	100	100
10.	116	98	103
11.	128	99	103
12.	117	97	102
13.	122	100	101
14.	114	101	101
15.	120	103	111
16.	115	103	103
17.	117	98	103
18.	113	98	104
19.	113	101	110
20.	112	101	102
21.	110	101	101
22.	110	101	104
23.	109	101	104
24.	109	100	101
25.	110	97	101
26.	109	100	103
27.	109	97	103
28.	112	100	100
29.	111	99	102
30.	112	99	98
31.	115	100	102
32.	108	100	103
33.	116	99	101
34.	108	99	102
35.	111	101	102
36.	115	101	101
37.	113	104	102
38.	113	102	101
39.	108	100	101
40.	114	101	103

41.	112	103	112
42.	120	98	103
43.	115	107	101
44.	116	101	103
45.	112	102	102
46.	114	104	102
47.	116	99	103
48.	115	100	104
49.	117	110	107
50.	114	110	106
51.	117	107	107
52.	119	104	111
53.	117	108	108
54.	116	104	118
55.	124	101	103
56.	137	129	127
57.	126	116	125
58.	114	100	103
59.	113	100	100
60.	116	98	102



Reliabilitas Penerimaan Diri Pada Pensiunan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.



Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00003	192.2000	64.855	.339	.880
VAR00004	192.3000	63.941	.425	.879
VAR00005	192.3333	63.747	.442	.879
VAR00007	192.9333	67.168	.304	.883
VAR00010	192.6333	64.792	.334	.881
VAR00012	192.9000	65.748	.585	.880
VAR00013	192.8000	63.683	.672	.877
VAR00019	192.7000	64.700	.380	.880
VAR00020	192.8000	66.993	.710	.884
VAR00021	192.6000	63.007	.562	.877
VAR00022	192.6333	63.826	.466	.879
VAR00023	192.6333	63.068	.571	.877
VAR00025	192.6667	65.057	.310	.881
VAR00028	192.7000	65.183	.309	.881
VAR00029	192.8333	64.833	.526	.879
VAR00034	192.9000	65.748	.585	.880
VAR00036	192.8000	65.338	.368	.880
VAR00040	192.8333	64.557	.584	.878
VAR00041	192.5333	63.085	.528	.877
VAR00042	192.8000	63.959	.621	.877
VAR00043	192.8333	65.730	.342	.881
VAR00045	192.7667	63.495	.641	.877
VAR00046	192.8000	64.303	.557	.878
VAR00047	192.7667	62.806	.760	.875
VAR00048	192.7333	62.616	.735	.875
VAR00049	192.7667	63.426	.653	.876
VAR00050	192.8000	63.890	.634	.877

VAR00051	192.7667	63.771	.594	.877
VAR00053	192.8667	67.085	.870	.883
VAR00054	192.8667	65.706	.424	.880
VAR00055	192.8667	64.947	.612	.879
VAR00056	192.8667	64.947	.612	.879
VAR00057	192.9000	65.748	.585	.880
VAR00058	192.9000	67.334	.840	.883
VAR00059	192.1000	66.852	.830	.884
VAR00060	192.7667	65.357	.328	.881



Reliabilitas *Successfull Aging* Pada Pensiunan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	145.1000	47.610	.428	.900
VAR00002	145.1667	47.937	.504	.899
VAR00004	145.0667	47.168	.472	.899
VAR00005	145.0667	46.547	.596	.897
VAR00006	145.1333	48.051	.385	.900
VAR00007	145.0333	46.930	.480	.899
VAR00009	145.0667	46.340	.637	.897
VAR00010	145.1333	46.533	.560	.898
VAR00011	145.3000	48.010	.322	.901
VAR00013	145.1667	47.868	.524	.899
VAR00014	145.1333	47.913	.418	.900
VAR00015	145.1667	46.213	.690	.896
VAR00016	145.1000	46.783	.607	.897
VAR00018	145.1333	48.051	.385	.900
VAR00022	145.1000	46.645	.637	.897
VAR00025	145.1000	47.266	.502	.899
VAR00026	145.0667	47.375	.432	.899
VAR00027	145.1333	48.257	.335	.901
VAR00028	145.1667	47.454	.645	.898
VAR00029	145.1333	45.982	.664	.896
VAR00030	145.2000	45.890	.662	.896
VAR00032	145.1333	47.637	.485	.899
VAR00033	145.1667	46.833	.828	.896
VAR00034	145.1667	46.833	.828	.896
VAR00036	145.2333	46.599	.598	.897
VAR00037	145.1667	48.075	.309	.901
VAR00038	145.1667	47.661	.584	.899
VAR00039	145.1000	46.162	.580	.897
VAR00040	145.2000	46.786	.659	.897

VAR00041	145.1333	46.947	.653	.897
VAR00044	145.1667	48.420	.365	.900
VAR00045	145.1667	47.730	.564	.899
VAR00046	145.1333	47.913	.418	.900



Reliabilitas Penyesuaian Diri Pada Pensiunan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	181.9333	54.064	.583	.881
VAR00003	182.0000	54.552	.579	.881
VAR00005	182.0667	55.099	.606	.882
VAR00006	182.1667	56.213	.420	.884
VAR00018	182.0667	55.651	.354	.884
VAR00021	182.1000	55.334	.672	.882
VAR00023	182.0333	55.964	.358	.884
VAR00024	181.9000	55.128	.390	.884
VAR00025	182.0667	55.444	.528	.882
VAR00026	182.1000	55.541	.616	.882
VAR00027	182.1333	55.223	.549	.882
VAR00029	182.1333	56.809	.398	.885
VAR00030	182.2000	55.545	.360	.884
VAR00032	181.8000	55.062	.362	.884
VAR00034	181.9667	53.826	.661	.880
VAR00035	182.0667	55.237	.424	.883
VAR00039	182.1333	55.085	.436	.883
VAR00040	181.9667	53.206	.637	.879
VAR00041	181.9667	53.757	.673	.880
VAR00042	182.1000	56.162	.450	.884
VAR00043	182.1667	55.592	.398	.884
VAR00044	182.1667	54.695	.565	.881
VAR00045	182.1667	56.075	.456	.883
VAR00046	182.1333	56.602	.474	.884
VAR00051	182.0333	53.757	.801	.879
VAR00052	182.2333	54.047	.473	.882
VAR00053	181.9333	53.444	.685	.879
VAR00054	182.1333	56.809	.398	.885
VAR00055	182.0333	54.378	.674	.880

VAR00056	182.1000	53.610	.626	.880
VAR00057	182.0667	53.995	.639	.880
VAR00058	182.1000	55.334	.672	.882
VAR00059	182.0333	55.068	.536	.882
VAR00060	182.0667	55.237	.424	.883



Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		penerimaandiri	successfullaging	Penyesuaiandiri
N		56	56	56
Normal Parameters ^a	Mean	114.91	102.20	104.54
	Std. Deviation	5.053	5.189	5.540
Most Extreme Differences Absolute		.179	.252	.289
	Positive	.179	.252	.289
	Negative	-.086	-.158	-.190
Kolmogorov-Smirnov Z		1.339	1.885	2.159
Asymp. Sig. (2-tailed)		0.089	0.062	0.072
a. Test distribution is Normal.				

b. Uji Linearitas

1) Uji Linearitas *Successfull Aging* Dan Penerimaan Diri Pada Pensiunan

ANOVA Table

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
penerimaandiri Between (Combined)	775.687	12	64.641	4.420	.000
* Groups Linearity	586.553	1	586.553	40.107	.000
successfullagi Deviation from Linearity	189.134	11	17.194	1.176	.332
Within Groups	628.867	43	14.625		
Total	1404.554	55			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
penerimaandiri * successfullaging	.646	.418	.743	.552

Penerimaandiri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	108	3	5.0	5.0	5.0
	109	4	6.7	6.7	11.7
	110	3	5.0	5.0	16.7
	111	2	3.3	3.3	20.0
	112	5	8.3	8.3	28.3
	113	6	10.0	10.0	38.3
	114	6	10.0	10.0	48.3
	115	5	8.3	8.3	56.7
	116	7	11.7	11.7	68.3
	117	7	11.7	11.7	80.0
	119	2	3.3	3.3	83.3
	120	2	3.3	3.3	86.7
	122	1	1.7	1.7	88.3
	124	2	3.3	3.3	91.7
	126	2	3.3	3.3	95.0
	128	1	1.7	1.7	96.7
	137	2	3.3	3.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

Successfullaging

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	97	3	5.0	5.0	5.0
	98	5	8.3	8.3	13.3
	99	6	10.0	10.0	23.3
	100	12	20.0	20.0	43.3
	101	12	20.0	20.0	63.3
	102	2	3.3	3.3	66.7
	103	3	5.0	5.0	71.7
	104	6	10.0	10.0	81.7
	107	3	5.0	5.0	86.7
	108	2	3.3	3.3	90.0
	110	2	3.3	3.3	93.3
	116	2	3.3	3.3	96.7
	129	2	3.3	3.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

Penyesuaian diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	98	1	1.7	1.7	1.7
	100	3	5.0	5.0	6.7
	101	10	16.7	16.7	23.3
	102	10	16.7	16.7	40.0
	103	15	25.0	25.0	65.0
	104	4	6.7	6.7	71.7
	106	1	1.7	1.7	73.3
	107	3	5.0	5.0	78.3
	108	2	3.3	3.3	81.7
	110	1	1.7	1.7	83.3
	111	3	5.0	5.0	88.3
	112	1	1.7	1.7	90.0
	118	2	3.3	3.3	93.3
	125	2	3.3	3.3	96.7
	127	2	3.3	3.3	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
penerimaandiri	56	108	137	114.91	5.053
successfullaging	56	97	129	102.20	5.189
penyesuaiandiri	56	98	127	104.54	5.540
Valid N (listwise)	56				



Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
penerimaandiri	56	108	137	114.91	5.053
successfullaging	56	97	129	102.20	5.189
penyesuaiandiri	56	98	127	104.54	5.540
Valid N (listwise)	56				

Correlations

		penerimaandiri	successfullaging	Penyesuaiandiri
Pearson Correlation	Penerimaandiri	1.000	.646	.634
	Successfullaging	.646	1.000	.779
	Penyesuaiandiri	.634	.779	1.000
Sig. (1-tailed)	Penerimaandiri	.	.000	.000
	Successfullaging	.000	.	.000
	Penyesuaiandiri	.000	.000	.
N	Penerimaandiri	56	56	56
	Successfullaging	56	56	56
	Penyesuaiandiri	56	56	56

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	penyesuaiandiri, successfullaging ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: penerimaandiri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					Durbin-Watson
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.679 ^a	.461	.441	3.778	.461	22.690	2	53	.000	1.703

a. Predictors: (Constant), penyesuaiandiri, successfullaging

b. Dependent Variable:
penerimaandiri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	647.884	2	323.942	22.690	.000 ^a
	Residual	756.670	53	14.277		
	Total	1404.554	55			

a. Predictors: (Constant), penyesuaiandiri, successfullaging

b. Dependent Variable: penerimaandiri

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1 (Constant)	44.645	10.449		4.273	.000					
successfullaging	.377	.156	.387	2.408	.000	.646	.314	.243	.394	2.540
penyesuaian diri	.304	.147	.333	2.073	.000	.634	.274	.209	.394	2.540

a. Dependent Variable: penerimaandiri

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimensi on	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	successfullaging	penyesuaian diri
1	1	2.998	1.000	.00	.00	.00
	2	.002	43.712	.99	.08	.14
	3	.001	71.807	.01	.92	.86

a. Dependent Variable: penerimaandiri

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	111.72	131.83	114.91	3.432	56
Residual	-5.617	10.007	.000	3.709	56
Std. Predicted Value	-.929	4.931	.000	1.000	56
Std. Residual	-1.486	2.648	.000	.982	56

a. Dependent Variable: penerimaandiri



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

*Alamat : Letkol H.Endro Suratmin Sukarame Bandar
Lampung Telp(0721)703531,780421*

Kepada Yth

Bapak/Ibu Anggota Organisasi PWRI

Di Tempat

Dengan Hormat

Perkenalkan nama saya Annisa Fatin Nur Azizah Thoha, saya adalah mahasiswi fakultas Ushuluddin program studi Psikologi Islam UIN Raden Intan Lampung angkatan 2014. Berkenaan dengan rencana penelitian saya yang berjudul “*Successfull Aging Dan Penyesuaian Diri Usia Lanjut Dengan Penerimaan Diri Pada Pensiunan Di Organisasi PWRI Kota Bandar Lampung*”. Oleh karena itu saya memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi daftar pernyataan yang saya lampirkan. Dalam memilih jawaban pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah atau benar dan jawaban yang Bapak/Ibu berikan akan sangat terjamin kerahasiannya.

Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, saya ucapkan beribu terima kasih.

Semoga kebahagiaan dan kesehatan selalu bersama Bapak/Ibu,amin.

Hormat Saya

(Annisa Fatin Nur Azizah Thoha)

PENGISIAN IDENTITAS

Nama :
 Usia :
 Tempat bekerja sebelum pensiun :

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini adalah tipe skala psikologi, untuk skala yang pertama ada (48) pernyataan, skala kedua sebanyak (60) pernyataan dan skala ketiga ada (60) pernyataan. Skala tersebut berhubungan dengan keadaan Bapak/Ibu. Apapun jawaban yang Bapak/Ibu berikan tidak ada penilaian benar atau salah dan Bapak/Ibu cukup memberikan tanda silang (X) pada kolom yang tersedia, dengan memilih satu di antara lima pilihan jawaban.

1. Sangat setuju (SS) : Jika pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri Bapak/ibu.
2. Setuju (S) : Jika pernyataan tersebut sesuai dengan diri Bapak/ibu.
3. Tidak Setuju (TS) : Jika pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri Bapak/Ibu.
4. Sangat Tidak Setuju (STS) : Jika pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu.

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya adalah orang tua yang bijak	X			
2.	Saya selalu menjaga pola makan secara teratur		X		

Apapun jawaban dari Bapak/Ibu akan sangat terjamin kerahasiaannya. Bapak/Ibu diminta untuk menjawab pernyataan yang tersedia, jadi diharapkan kepada Bapak/Ibu agar jawaban yang diisi jangan sampai ada yang tertinggal atau dikosongkan

SELAMAT MENERJAKAN BAPAK DAN IBU

SKALA I

No	PERNYATAAN	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Saya selalu memiliki keinginan untuk memperbaiki yang terjadi di masa lalu				
2	Saya sangat bangga terhadap prestasi-prestasi saya ketika muda				
3	Saya membuat beberapa kesalahan di masa lalu, tapi saya merasa setelah dipertimbangkan semuanya sudah berjalan sebagai yang terbaik				
4	Secara umum, saya yakin dan positif tentang diri saya				
5	Saya merasa bahwa masa lalu adalah pembelajaran yang sangat berharga				
6	Saya selalu bersyukur dengan apa yang telah saya dapatkan				
7	Masa lalu memiliki saat naik dan turunnya tapi secara umum saya tidak				

	mempunyai keinginan untuk mengubahnya				
8	Saya tidak pernah membandingkan apa yang saya miliki dengan orang lain				
9	Kesalahan di masa lalu tidak boleh mempengaruhi kehidupan saya di masa pensiun				
10	Saya selalu yakin dan akan bahagia dengan cara saya sendiri				
11	Ketika ada yang membandingkan saya dengan orang lain, saya tidak akan marah				
12	Saya memperlakukan orang lain dengan samaunya dan tergantung pada suasana hati saya				
13	Memperlakukan orang dengan semestinya adalah sebuah keharusan				
14	Saya sering merasa kesulitan dalam menentukan sikap terhadap orang lain dan saya tidak mencobanya				
15	Ketika saya berbuat				

	kesalahan,maka saya akan memperbaikinya				
16	Saya mempercayai bahwa apa yang saya lakukan terhadap orang lain akan berimbas pada diri saya				
17	Apa yang saya lakukan kepada orang lain hanya akan memberikan efek yang sedikit				
18	Saya selalu menerima dengan lapang dada apapun yang terjadi pada diri saya				
19	Menjaga perasaan orang lain adalah hal yang sulit dilakukan dan saya tidak memiliki keinginan untuk mencobanya				
20	Saya selalu yakin dengan diri saya,untuk bisa menyelesaikan segala persoalan				
21	Dalam berhubungan dengan orang lain,saya juga harus belajar menjaga perasaan orang lain				
22	Saya selalu merasa bahwa tidak ada yang sia-sia dan ada banyak				

	hal yang saya dapatkan				
23	Saya adalah orang tua yang menginspirasi				
24	Saya selalu menerima masukan dan saran untuk perbaikan dari masa lalu				
25	Saya selalu menanggapi perkataan pedas dengan hati lapang				
26	Saya masih sering menyesali apapun yang terjadi di masa lalu				
27	Ketika saya ingin dihargai maka terlebih dahulu saya harus menghargai orang lain				
28	Dalam banyak hal saya merasa kecewa dengan prestasi-prestasi saya dalam hidup				
29	Berdamai dengan masa lalu adalah hal yang sangat penting				
30	Saya selalu merasa tidak percaya diri dengan keterbatasan yang saya miliki				
31	Dalam banyak hal,saya sering menyesali dan meratapi				

32	Saya memaklumi setiap orang yang memandang saya dengan sinis				
33	Saya akan terus berintrospeksi diri				
34	Saya selalu membandingkan apa yang saya miliki dengan orang lain				
35	Saya selalu merasa bahwa masa lalu tidak memiliki pelajaran yang harus dipetik				
36	Pengambilan keputusan yang tepat sangat penting				
37	Ruang gerak saya terganggu				
38	Sebagai orang tua saya harus bijak				
39	Saya harus tegas terhadap berbagai hal				
40	Saya selalu menutup diri dan tidak terbuka serta pesimis				
41	Saya harus mengembangkan daya fikir sesuai tujuan hidup				
42	Saya selalu merasa pesimis dan tidak pernah yakin dengan diri saya				

43	Saya akan marah bila mendapat saran untuk memperbaiki diri saya				
44	Saya selalu menanggapi perkataan-perkataan pedas dengan kemarahan				
45	Berdamai dengan masa lalu adalah bukan hal yang penting				
46	Kesan buruk di masa lalu terus membuat hidup saya tidak tenang				
47	Saya selalu ingin dihargai orang lain,tapi tidak dengan perlakuan saya terhadap orang lain				
48	Pengambilan keputusan yang saya ambil seringkali membuat kesalahfahaman				
49	Saya akan memberikan tanggapan yang lebih sinis pada setiap orang yang memandang saya dengan sinis				
50	Saya akan marah ketika ada yang membandingkan saya dengan orang lain				
51	Saya menganggap diri saya selalu benar				

52	Sesuatu yang baik atau yang buruk dan pantas saya terima adalah cara kita sendiri yang menentukannya melalui sikap dan cara kita memperlakukan orang lain				
53	Ketegasan dalam berbagai hal masih sangat sulit saya lakukan				
54	Saya seringkali menolak kebenaran dan seringkali marah dengan diri saya				
55	Saya tidak peduli dengan apapun perlakuan saya terhadap orang lain				
56	Saya selalu tidak percaya dengan diri saya dan tidak yakin bisa dalam menyelesaikan persoalan				
57	Saya akan memaafkan kesalahan sesuai dengan suasana hati saya				
58	Saya selalu memperhitungkan apapun yang telah saya dapatkan				
59	Jika saya tidak bijak dan gagal menghargai atau menghormati orang lain maka itu akan merugikan				

	diri saya sendiri				
60	Saya akan membantu orang yang membutuhkan namun bergantung pada suasana hati saya				



Skala II

No	PERNYATAAN	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1.	Saya tidak dapat membuat pilihan tentang hal-hal yang mempengaruhi bagaimana usia saya, seperti diet saya, olahraga dan merokok.				
2.	Ketika sesuatu tidak berjalan dengan sesuai, saya terus mencoba cara lain sampai mencapai hasil yang sama.				
3.	Dalam masa-masa sulit saya mengembangkan ketangguhan mental dalam menghadapi situasi				
4.	Saya menjaga hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain yang signifikan				
5.	Saya aktif terlibat dengan kehidupan melalui kegiatan produktif				
6.	Saya berusaha untuk tetap independen selama mungkin				
7.	Saya membuat upaya untuk tetap relatif bebas dari penyakit dan kecacatan				
8.	Saya mencoba untuk mempertahankan fungsi fisik dan mental yang baik seperti usia saya				

9.	Saya aktif terlibat dengan kehidupan melalui kontak sosial biasa				
10.	Saya melakukan segala upaya untuk untuk mencapai tujuan yang penting bagi saya				
11.	Saya merasa bahwa saya tidak bisa mengendalikan lingkungan terdekat saya				
12.	Saya dapat menangani apapun yang datang dengan cara saya				
13.	Saya membuat upaya untuk terlibat dalam gaya hidup sehat				
14.	Saya nyaman dalam menerima kualitas diri saya, baik dan buruk				
15.	Saya memiliki talenta yang dapat saya gunakandalam mengisi masa pensiun				
16.	Saya harus menghargai diri sendiri meskipun saya sudah pensiun				
17.	Saya tidak pernah menyalahkan diri sendiri secara berlebihan walaupun saya sudah pensiun				
18.	Meskipun sudah pensiun saya mampu berpikir positif terhadap permasalahan yang dihadapi				
19.	Kharisma yang saya miliki berkurang semenjak Pensiun				

20	Saya merasa penghargaan terhadap diri saya berkurang semenjak pensiun				
21	Saya sering menyalahkan diri sendiri karena keterbatasan fisik semasa pensiun ini				
22	Saya belum memiliki program yang terencana untuk masa depan meskipun sudah pensiun				
23	Saya masih memiliki bakat dalam memimpin suatu organisasi meskipun saya sudah pensiun				
24	Saya menghargai keberhasilan yang pernah saya raih meskipun sudah pensiun				
25	Meskipun sudah pensiun saya berjiwa besar terhadap keputusan yang pernah saya ambil				
26	Saya mampu berpikir rasional terhadap permasalahan yang dihadapi dalam masa pensiun				
27	Bakat saya dalam berorganisasi berkurang karena sudah pensiun				
28	Penghargaan terhadap keberhasilan yang saya raih belum sesuai dengan harapan saya				
29	Saya menyesal dengan apa yang pernah menjadi keputusan saya				

	setelah saya pensiun				
30	Saya tidak mampu berpikir rasional dalam menghadapi masa pensiun karena kehilangan masa-masa produktivitas dalam kegiatan sehari-hari				
31	Kulit saya terlihat masih segar meskipun sudah lanjut usia				
32	Saya sabar dalam menghadapi permasalahan				
33	Saya senang bertemu dengan teman-teman dan tetangga disekitar rumah				
34	Rambut saya sekarang berwarna putih karena termakan usia				
35	Saya mudah tersinggung apabila sedang bercakap-cakap dengan orang lain				
36	Saya merasa malu untuk bertemu dengan orang lain karena sekarang sudah pensiun				
37	Saya merasa senang meskipun sudah pensiun				
38	Saya tetap aktif dalam pergaulan di lingkungan sekitar saya meskipun sudah Pensiun				
39	Saya menghindari pola-pola kekerasan dalam menyelesaikan masalah				

40	Saya menjadi pemurung karena sudah pensiun pergaulan karena sudah pensiun				
41	Saya lebih mudah melakukan pola-pola kekerasan dalam menyelesaikan persoalan				
42	Meskipun sudah pensiun saya jarang sakit-sakitan				
43	Meskipun sudah pensiun saya masih sudah pensiun saya masih ingin aktif dalam organisasi				
44	Saya sering sakit-sakitan setelah pensiun karena lanjut usia.				
45	Saya sudah tidak ingin aktif dalam organisasi karena sudah pensiun				
46	Saya sudah lanjut usia saya malas untuk melakukan aktivitas				
47	Kondisi tubuh saya masih kuat untuk melakukan aktivitas meskipun sudah lanjut usia				
48	Saya bersikap terbuka kepada keluarga terhadap apa yang saya lakukan meskipun sudah pensiun				

SKALA III

No	PERNYATAAN	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	Kesabaran adalah kunci penting dalam menghadapi persoalan hidup dan keluarga				
2	Tidak semua situasi yang menyenangkan itu baik untuk saya				
3	Saya harus mampu mengubah keadaan menjadi lebih baik				
4	Marah adalah bukan solusi dalam menyelesaikan persoalan				
5	Marah adalah solusi dalam menyelesaikan persoalan				
6	Saya segera berbincang dengan anak ataupun keluarga yang mengalami permasalahan				
7	Saya selalu mengalihkan segala permasalahan dengan beribadah lebih intens				
8	Saya merasa bahwa masa muda saya sangat menginspirasi				

9	Tanggung jawab terhadap kelemahan adalah hal yang penting				
10	Saya tidak ingin menjadi lemah karena masalah yang datang				
11	Ketika mengalami kecemasan dan kesepian pada masa pensiun saya memperbanyak ibadah dan berdo'a				
12	Saya perlu mengoreksi hal-hal yang perlu saya perbaiki				
13	Saya memerlukan perbaikan di setiap waktunya				
14	Mengumpulkan anggota keluarga adalah solusi dalam menyelesaikan persoalan				
15	Bagi saya permasalahan adalah privasi dan saya harus mencari jalan keluar				
16	Saya harus melakukan perbincangan dengan siapapun yang mengalami permasalahan dengan saya				
17	Saya selalu berusaha berkepala dingin dalam menghadapi persoalan				
18	Saya seringkali tidak perduli dengan permasalahan				

19	Ketika permasalahan datang maka saya akan membuat pembicaraan dimana-mana				
20	Saya selalu berfikir terlebih dahulu sebelum marah				
21	Saya menangis apabila mendengar cerita rekan yang sedih dan menginspirasi				
22	Saya harus bisa menahan air mata ketika mendapat permasalahan				
23	Saya biarkan persoalan memuncak,lalu marah				
24	Saya selalu mengalihkan segala permasalahan ke hal-hal negatif seperti : berbicara dengan nada tinggi				
25	Jalan keluar dari permasalahan lebih penting daripada kemarahan				
26	Saya harus menjernihkan pikiran dalam setiap persoalan				
27	Saya selalu merasa kesal hati dengan banyak orang				
28	Saya biarkan anak-anak ataupun keluarga menyelesaikan permasalahannya sendiri				
29	Apapun persoalan yang terjadi maka saya akan				

	marah,apabila tidak bisa menahan amarah				
30	Saya selalu cemas dan sulit menemukan jalan keluar dalam permasalahan				
31	Jika saya mendengar cerita tentang hal positif maka saya akan berkata “itu sangat bagus,lanjutkan”				
32	Jika saya mudah marah maka kesehatan saya akan terganggu				
33	Saya selalu mengoreksi hal-hal yang menyulitkan ruang gerak saya di usia lanjut				
34	Marah adalah solusi dalam menyelesaikan persoalan				
35	Pada dasarnya setiap permasalahan adalah pembelajaran				
36	Saya selalu menceritakan apapun beban yang saya rasakan				
37	Memberikan nasihat harus dengan nada tinggi untuk memberikan kesadaran				
38	Saya selalu berfikir positif untuk meringankan segala permasalahan				
39	Saya selalu merasa cuek dan				

	paling benar				
40	Saya tidak mementingkan kesehatan saat sedang marah				
41	Saya harus mengembangkan daya fikir sesuai tujuan hidup				
42	Ketika saya marah maka saya mudah sekali main tangan				
43	Ketika mendapat permasalahan saya sering mengalami sakit mendadak				
44	Saya selalu merasa tidak yakin dan tidak bisa menginspirasi.				
45	Ketika mengalami kecemasan saya cenderung mudah marah.				
46	Evaluasi diri akan membuat saya down.				
47	Saya merasa kehilangan tujuan ketika mendapat permasalahan.				
48	Saya merasa malu untuk menceritakan apa yang saya rasakan.				
49	Saya kesulitan menahan air mata dan emosi ketika mendapat permasalahan.				
50	Bagi saya menenangkan				

	batin adalah hal yang penting				
51	Kasar atau main tangan adalah bukan penyelesaian dari segala permasalahan				
52	Saya selalu merasa bahwa apapun yang saya lakukan selalu benar				
53	Saya tidak perlu berfikir sebelum marah				
54	Saya harus melihat setiap hal dengan sudut pandang yang positif				
55	Saya memberikan tanggapan pedas pada setiap apapun yang saya dengar				
56	Ketika persoalan datang saya akan merasa tidak ada ketenangan				
57	Kemarahan adalah sesuatu yang lebih penting dalam menjawab segala permasalahan				
58	Ketika persoalan datang saya kesulitan dalam berfikir				
59	Saya akan memandang sinis pada orang-orang yang ingin berbagi cerita dengan saya				
60	Saya kesulitan untuk berfikir positif ketika mendapat				

	permasalahan				
--	--------------	--	--	--	--





**PERSATUAN WREDATAMA REPUBLIK INDONESIA
RANTING I KEDATON KOTA BANDAR LAMPUNG**

Jl. LANDAK NO.12 KEDATON TELP. (0721)705047
BANDAR LAMPUNG 35147

**DAFTAR NAMA ANGGOTA PWRI (PERSATUAN WREDATAMA
REPUBLIK INDONESIA) RANTING I KEDATON KOTA BANDAR
LAMPUNG**

NO	NAMA	ALAMAT
1.	Ratu Pengatur	Jl. Sultan Haji 3 Sepang Jaya, Kedaton
2.	Hj. Surya Putri Bangun	Jl. Nangka No 10 Sepang Jaya
3.	Yurnani Simour	Jl. Sultan Agung Gg. R Saleh III 16 B
4.	Sudarwati	Jl. Badak Sidodadi, Kedaton
5.	Sutarmi	Jl. Harimau IV No 65 Sukamenanti
6.	Karlina Yusuf	Jl. Landak 25 Sidodadi
7.	Dra. Suwarni Burhanuddin	Jl. Singa 48 Sidodadi
8.	Sumiyati Suparno	Jl. Kiwi 33 Sidodadi
9.	Siti Rofiah	Jl. Kijang 58 Sidodadi
10.	Hj. Melhana Sarnubi	Jl. Kelelawar No. 10 Sidodadi
11.	Tasih	Jl. Rusa 47 Gg. Kapling Sukamenanti
12.	Ratmilah	Jl. Rusa No 28 Sukamenanti Kedaton
13.	Sumarni	Jl. Tupai 14 Sidodadi

14.	Huzaimah	Jl. Kelinci No.1
15.	Tutiningsih	Jl.Sultan Haji Gg.Harapan II No.34
16.	Hj. Ruminah	Jl. Sultan Haji Gg.Harapan II No. 66
17.	Kastiwati	Jl.Sultan Haji 32 Sepang Jaya
18.	Hj.Alina Syamsuddin,SH.,MH	Jl. Sultan Haji Gg.Harapan Jaya II Sepang Jaya
19.	Wasidarmi,SE	Jl.Sultan Haji Gg.Harapan Jaya II Sepang Jaya
20.	Imah Suyono	Jl.Landak No 12, Sidodadi Kedaton
21.	Saonah	Jl. Pelanduk, Sidodadi Kedaton
22.	Hj.Winten.DL	Jl.Pelanduk No.10 Sidodadi
23.	Nurbaiti	Jl.Kiwi III No.30 Sidodadi
24.	Hj.Tati Maryati Somadi	Jl.Singa No.43 Sidodadi
25.	Farida Djauhari	Jl.Landak 42 Sidodadi
26.	Sumiyati Baherom	-
27.	Ny.AB.Halim	Jl.Mawar Gg.Hi.Abdullah 6 No.1
28.	Yurnani Simour	Jl.R Saleh III No.16 B
29.	Siti Anugrah	Perum GTS blok D No.08 Hj Mena
30.	Sonaida	Komplek Rajabasa Permai Blok A 04
31.	Bariah Hasanah	Jl.Onta, sidodadi

32.	Sonaida	Komplek Rajabasa Permai Blok A 04
33.	Bariah Hasanah	Jl.Onta, sidodadi
34.	Sumayah	Jl.S.Hamdani Gg.Palapa I No.2 Labuhan Ratu
35.	Dra.Hj.Sumiyati Yusuf	Jl.S.Hamdani No.16 Labuhan Ratu
36.	Ir. Hi. Chaidirsyah	Jl. Sultan Haji Gg. Tirtayasa 12
37.	Drs. Sunar Widiyono	Jl. St.Takdir No 36 Sepang Jaya, Kedaton
38.	Hi. Naharuddin Ilyas, S.H	Jl. Nangka No 13 Sepang Jaya, Kedaton
39.	Hj. Surya Putri Bangun	Jl. Nangka No 10 Sepang Jaya
40.	Yurnani Simour	Jl. Sultan Agung Gg. R Saleh III 16 B
41.	Suprihono	Jl. Kiwi ujung Gg. Merpati 15 Sidodadi, Kedaton
42.	Drs. Hi. M Wardi Sarbini	Jl. Kiwi Gg. Swadaya 22 Sidodadi
43.	Ir. S. Tugiman	Perum Ragom Gawi Rajabasa
44.	Drs. Hi. Wiyadi	Jl. Kiwi V No. 33 Sidodadi, Kedaton
45.	Drs. FX Harijadi	Jl. Landak Sidodadi, Kedaton
46.	Hi. Paing, S.P	Jl. Landak Sidodadi, Kedaton
47.	Drs. Hi. Qomaruddin. M	Jl. Landak 82A Sidodadi
48.	Sutarti Slamet	Jl. Badak 2 Sukamenanti

49.	Hj. Achril Ami Ernani	Jl. Landak Gg. Swakarya No 32 Sidodadi
50.	R.Ali	Jl. Badak Gg. Scorpion 16 Sidodadi
52.	Subarno	Jl. Harimau Gg. Masjid 43 Sidodadi
53.	Ruslan Matusin	Jl. Muslimin 7 Sidodadi
54.	Hi. M Zakaria	Jl. Kangguru No. 1/15 Sidodadi
55.	Hi. Suhapri Bayazid	Jl.Kiwi No 8 Sidodadi, Kedaton
56.	Drs. IG.B.Priharto, MM	Jl.Kangguru No.3, Kedaton
57.	M. Busyro Ali KM,SE.,MM	Jl. Tupai 55 Sidodadi
58.	Uki Ngadinoto	Jl. Nusantara Gg.Turi No.31
59.	T.Sunarno Sm.HK	Jl.Sultan Haji Gg.Harapan I No.15
60 .	Drs. Hi.Muhono	Jl.Sultan Haji Gg.Harapan II No.66
61.	Hj. Ruminah	Jl. Sultan Haji Gg.Harapan II No. 66
62.	Kastiwati	Jl.Sultan Haji 32 Sepang Jaya
63.	Iskandar Ahyar	Jl. Nusantara Raya Labuhan ratu
64.	Susanto	Jl.Nusantara Komplek PU No.32
65.	Sukiman	Jl.Musyawarah Labuhan Ratu

66.	Empu Suyono	Jl. Landak No 12 Sidodadi,Kedaton
67.	Imah Suyono	Jl.Landak No 12, Sidodadi Kedaton
68.	L.Suharto	Jl. Kiwi III Gg.Madang Sidodadi
69.	E.Edi Suparminto	Jl.Kiwi Gg.Madang Sidodadi
70.	Y.S Suwarno	Jl.Singa Gg.Kampus Sidodadi

